Revista del Consumidor

Tendencias

HECHO EN MÉXICO

QUÉ HACER SI... NO TE DAN KILOS DE A KILO

15 de marzo

Día Mundial de los Derechos del Consumidor

El Laboratorio Profeco Reporta

LECHES DESCREMADAS

Para que conozcas lo que contiene tu vaso de leche.

Estudio de calidad

IMPERMEABILIZANTES

La selección de un buen producto es clave para no gastar de más.

MARZO DE 2017
Núm. 481
$28 / ISSN 0185-8874
Exhibir hasta el 31 de marzo de 2017

Quién es Quién en los Precios

Nuestra responsabilidad es mantenerte informado

bit.ly/ProfecoQQP

SE
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

MOVER MÉXICO

QUIÉN ES QUIÉN EN LOS PRECIOS $

Revista del Consumidor

Ernesto Nemer Alvarez
Procurador Federal del Consumidor

Martha Angón Paz
Coordinadora General de Educación y Divulgación

Marco José Sánchez Lira
Director General de Difusión

Consejo Editorial
Martha Angón Paz
Rafael Ochoa Morales
Noreli Domínguez Acosta
Salvador Farías Higareda
Carlos de Jesús Ponce Beltrán
Eriko Flores Pérez
José Enrique Rodríguez Martínez
Marco José Sánchez Lira
Ramiro Olvera Oropeza
Luis Ángel Jiménez Huerta
Raúl Alfonso Curiel Sánchez

Raúl Alfonso Curiel Sánchez
Director Editorial

Montserrat Bustos Cardona
Coordinadora Editorial

Thalía Castillo Gill
Azul Rocío Ramírez Vargas
Reporteras

Juan Medrano Garduño
Corrector de Estilo

Javier Caballero Sandoval
Editor Gráfico

Roberto Paz Amaya
Alejandro Sánchez Velasco
Diseño

Arnulfo Guevara Bravo
Mónica Miranda Villalba
Bruno Piña De Ocampo
Ilustración

Enrique Arechavala Silva
José Rodríguez Magos
Fotografía

Alma Beade Ruelas
Brenda García Campos
Carlos Enrique García Soto
María Rosa Ochoa Camposeco
Carolina Torres González
Mayeli Mariscal Suárez
Colaboradores

Susana Frías de Cristóbal
Departamento de Distribución y Circulación

5516 6612 - 5212 0468
circulacion@profeco.gob.mx
Suscripciones y Publicidad

www.gob.mx/profeco

rconsumidor@profeco.gob.mx

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), con oficinas centrales en Av. José Vasconcelos 208, Col Condesa, Del. Cuahtémoc, México, Ciudad de México, está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553 0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de **Profeco**: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales. Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que **Profeco** lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones. Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Fecha de impresión marzo de 2017. Impreso en Talleres Gráficos de México, Av. Canal del Norte 80, Col. Felipe Pescador, Del. Cuauhtémoc, México, Ciudad de México, C.P. 06280. Editor responsable: Raúl Alfonso Curiel Sánchez. Tiraje: 41,550 ejemplares.

CONTENIDO

5 | *Sabías que...*

Día Mundial de los **Derechos del Consumidor**

6 | *Qué hacer si...*

8 | *Guía de compra*

Pequeños detalles para ahorrar gasolina

10 | *De temporada*

Mojarra

12 | *Salud y nutrición*

10 CONSEJOS SOBRE EL ETIQUETADO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

32 | *El Laboratorio Profeco Reporta*

Leches descremadas

El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor se dio a la tarea de analizar ***leches descremadas*** y las que usan el término ***light,*** ya sean descremadas o parcialmente descremadas, para que conozcas lo que ***contiene tu vaso de leche.***

14 | *Economía digital*

Internet de las cosas

16 | *Entre Bits y Bytes*

¿SMARTPHONE NUEVO?
ANALIZA ANTES DE COMPRAR

42 | *Estudio de calidad* **Impermeabilizantes**

Al mal tiempo,
un buen impermeabilizante

Antes que comience la temporada de lluvias tu azotea tiene que estar en excelentes condiciones, a fin de evitar que se filtre la humedad a tu casa. Conoce lo que debes tomar en cuenta para realizar esta ardua tarea de mantenimiento.

18 | *Tendencias*

LO BIEN HECHO ESTÁ #HechoenMéxico

24 | *¡Cuida tu economía!*

Saca un 10 ahorrando en los mercados y tianguis

55 | *Numeralia*

MUJERES

54 | *Tecnología doméstica*

PLASTILINA

28 | *Radiografía*

AUTONOMÍA SOBRE RUEDAS

26 | *Brújula de compra*

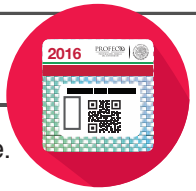
Conoce los Pueblos Mágicos

Decálogo de los derechos del consumidor en combustibles (gasolina y diésel)

El consumidor tiene derecho a:

1. Que se respete el precio por litro establecido.

2. Que te despachen con bombas debidamente calibradas.



3. Que el precio esté visible y claro, antes de despacharte el combustible.

4. Tener a la vista, de manera clara y explícita, el volumen de venta y el precio total a pagar señalado en la carátula de la bomba despachadora.

5. Ser informado claramente sobre las formas de pago y obtener comprobante, recibo o factura en el que consten los datos de la compra.

6. Que el establecimiento cumpla con todas las medidas de seguridad para que el manejo de combustibles no ponga en riesgo tu integridad física.

7. No ser discriminado por razones de género, raza o preferencia sexual al momento de la compra de combustibles.

8. No ser objeto de condicionamiento o negativa de venta o atención por parte de los empleados de la gasolinera ni en la adquisición de otros productos y cantidades específicas.

9. Recibir la cantidad completa solicitada, es decir, que te den litros de a litro.

10. Denunciar cualquier irregularidad o abuso al Teléfono del Consumidor, proporcionando el número de identificación de la gasolinera localizado en el anuncio elevado.

Teléfono del Consumidor

55688722 / 01800 4688722

Ciudad de México y Área Metropolitana | Larga distancia desde el resto del país

denunciaprofeco@profeco.gob.mx

Día Mundial de los Derechos del Consumidor

El 15 de marzo se festeja este movimiento de consumidores en todo el mundo.

Es una jornada para promover los derechos fundamentales de todos los consumidores, que sean respetados y protegidos, y para protestar contra los abusos del mercado y las injusticias sociales que los socavan.

El **Día Mundial de los Derechos del Consumidor** fue celebrado por primera vez el 15 de marzo de 1983, y desde entonces es una ocasión importante para la movilización de la ciudadanía por sus derechos.

Las organizaciones de consumidores en todos los países utilizan los materiales producidos por Consumers International (CI), con el fin de propiciar iniciativas locales y lograr la cobertura de los medios de comunicación para su trabajo.

En México **la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco)** es la encargada de defender, promover, desarrollar y aplicar los derechos de los consumidores. Además promueve los festejos del Día Mundial del Consumidor.

Cada año el Consejo de CI selecciona un tema que concentrará las actividades de la membresía en torno al DMDC. Generalmente el tema está relacionado con algunas de las principales campañas de CI. Este año el tema es **"Derechos de los consumidores en la era digital"**.

¿Cómo se celebra el Día Mundial de los Derechos del Consumidor?

Depende de iniciativas locales planificadas por las organizaciones de consumidores en cada región del mundo. Las actividades pueden ir desde campañas especiales, conferencias de prensa, ferias y exhibiciones, hasta talleres, manifestaciones callejeras o lanzamiento de publicaciones, entre otras.

"Por definición, el término "consumidores" nos incluye a todos"

J. F. Kennedy en su discurso ante el Congreso en marzo de 1962.

NO TE DAN KILO$ DE A KILO

Por ser un producto prioritario de la canasta básica y un alimento esencial en la dieta de los mexicanos, la tortilla debe estar libre de abusos en su comercialización. Conoce cómo puedes actuar si te pesan kilogramos de menos en la tortillería.

LO QUE DEBES SABER

• Todo proveedor está obligado a **exhibir y respetar los precios de forma visible y clara** (Art. 7 LFPC).

• Entregar **cantidades completas de producto** (Art . 7 LFPC).

• **Las básculas**, al momento de pesar y despachar el producto, **tienen que estar a la vista del consumidor** –Art. 16 de la Ley Federal sobre Metrología y Normalizacion (LFMN)– y deben marcar ceros antes de colocar y pesar el producto (Art. 24 frac. XIV bis LFPC).

• También tienen que mostrar de manera visible **el holograma de instrumento verificado** correspondiente al periodo y año en curso (Regla 5.1. PRIMERA Lista de Instrumentos).

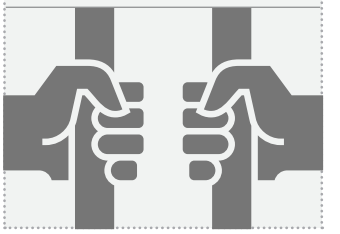
"Todo proveedor está obligado a informar y respetar los precios, tarifas, cantidades, calidades, medidas, intereses, cargos, términos, plazos, fechas, modalidades, reservaciones y demás condiciones conforme a las cuales se hubiera ofrecido, obligado o convenido con el consumidor la entrega del bien o prestación del servicio, y bajo ninguna circunstancia serán negados estos bienes o servicios a persona alguna."
Artículo 7 - Ley Federal de Protección al Consumidor (LPFC)

LO QUE DEBES HACER

• Si el proveedor no cumple con la entrega completa de producto por el cual pagaste, **puedes solicitar la reposición de la cantidad faltante o la devolución del total**.

• En caso de abuso por parte de los proveedores, **denuncia al establecimiento ante la Procuraduría Federal del Consumidor** para que se realicen las acciones correspondientes para proteger tus derechos e intereses.

La entrega de cantidades menores a las convenidas es considerada un delito y puede sancionarse con prisión de tres a diez años y 200 a 1,000 días de multa (Art. 253 frac. II y III CPF).

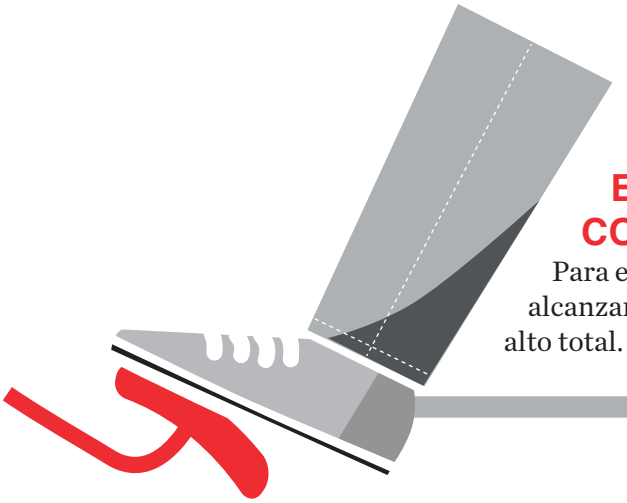


TELÉFONO DEL CONSUMIDOR

Ciudad de México y Área Metropolitana: **55688722**
Larga distancia desde el resto del país: **01800 4688722**
Twitter: **@Profeco**
Facebook: **ProfecoOficial**
http://**www.gob.mx/profeco**

Pequeños detalles para ahorrar gasolina

Existen varias técnicas de manejo que ayudan a disminuir nuestro consumo de combustible.

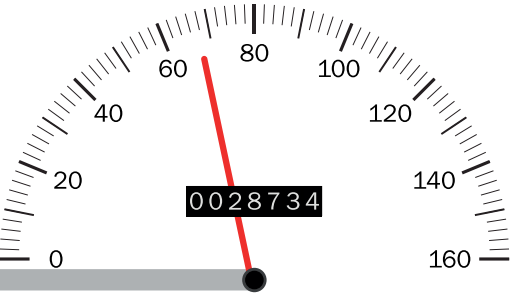


ENTRE MÁS FUERTE PISES EL ACELERADOR, MAYOR SERÁ EL CONSUMO DE GASOLINA.

Para evitar derroches, tómate al menos cinco segundos en alcanzar los 20 kilómetros por hora después de haber estado en alto total.

MANTENER LA VELOCIDAD ENTRE LOS 50 Y 80 KILÓMETROS POR HORA.

No sólo es más seguro, sino también más inteligente, debido a que la mayoría de los vehículos da su mejor desempeño en este rango de velocidad y utiliza menos combustible.

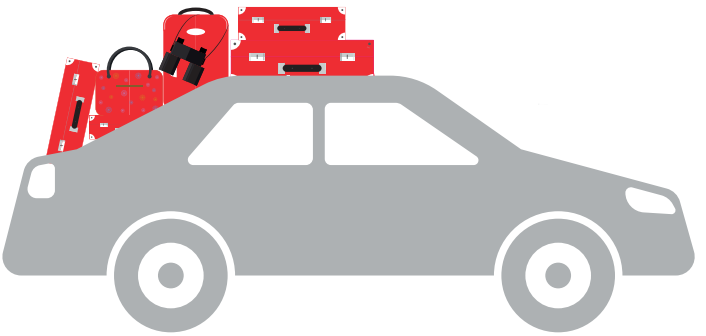


CONSERVA TU DISTANCIA CON OTROS AUTOS.

Prevé baches, topes, altos o embotellamientos, hasta la conducta de los otros automovilistas, ciclistas y peatones. Si reaccionas con tiempo ante cada situación evitarás perder la inercia que llevas, avanzando sin necesidad de consumir más gasolina. Para lograrlo, monitorea todo lo que ocurre en tu entorno y guarda una distancia de al menos tres metros respecto del auto de adelante, siempre que sea posible.

UN FRENADO ADECUADO TAMBIÉN CONLLEVA MENOR CONSUMO DE COMBUSTIBLE.

Antes de hacerlo –por ejemplo, cuando te acercas a un alto, tope o cruce peatonal–, retira tu pie del acelerador y frena poco a poco, como si "planearas", de tal forma que la inercia del vehículo te lleve prácticamente al alto total.



VIAJA LIGERO, REVISA TU CAJUELA.

¿Cargas con cajas, maletas u objetos pesados? ¿En el techo tienes una canastilla portaequipaje? ¿En la parte posterior hay un rack para bicicletas? Si no usas nada de esto, quítalo. Entre más ligera sea la carga, menor será la cantidad de gasolina que uses para mover tu vehículo.

CREA EL HÁBITO DE REVISAR LAS LLANTAS CONSTANTEMENTE.

Mantenerlas en el rango recomendado y cambiarlas cuando se hayan desgastado te ayudará en el ahorro de combustible. No sólo en los neumáticos puedes encontrar la presión adecuada, sino también en la calcomanía que está en la puerta del conductor o en la guantera de tu auto (dependiendo del modelo).

RECOMENDACIONES PARA QUE TE RINDA MÁS LA GASOLINA

- Rellena el tanque de gasolina por la mañana o por la noche, cuando la tierra que rodea los tanques de almacenamiento tiene una temperatura baja.
- Solicita al despachador de la estación de servicio que vierta la gasolina al tanque de tu auto a la velocidad más baja para evitar la evaporación.
- Revisa que la bomba tenga el holograma de Profeco.

Fuentes

Revista del Consumidor. (Diciembre 2014). Manual del perfecto derrochador de gasolina.

Revista del Consumidor. Energía. Edición Especial Profeco-Conuee, 54-57.

Revista del Consumidor (Mayo 2013). Ahorra gasolina, conduce eficientemente. Revista del Consumidor, 435, 16-17.

¿QUIERES SABER MÁS?

Cómo alargar la vida útil de tu automóvil

http://bit.ly/2l3goQ8

Dale PLAY

El pescado entero forma parte de los productos de la Canasta Básica. En esta ocasión hablaremos de una variedad de temporada:

La Mojarra

Que es la especie de pescado más consumida por las familias mexicanas, también conocida como tilapia.

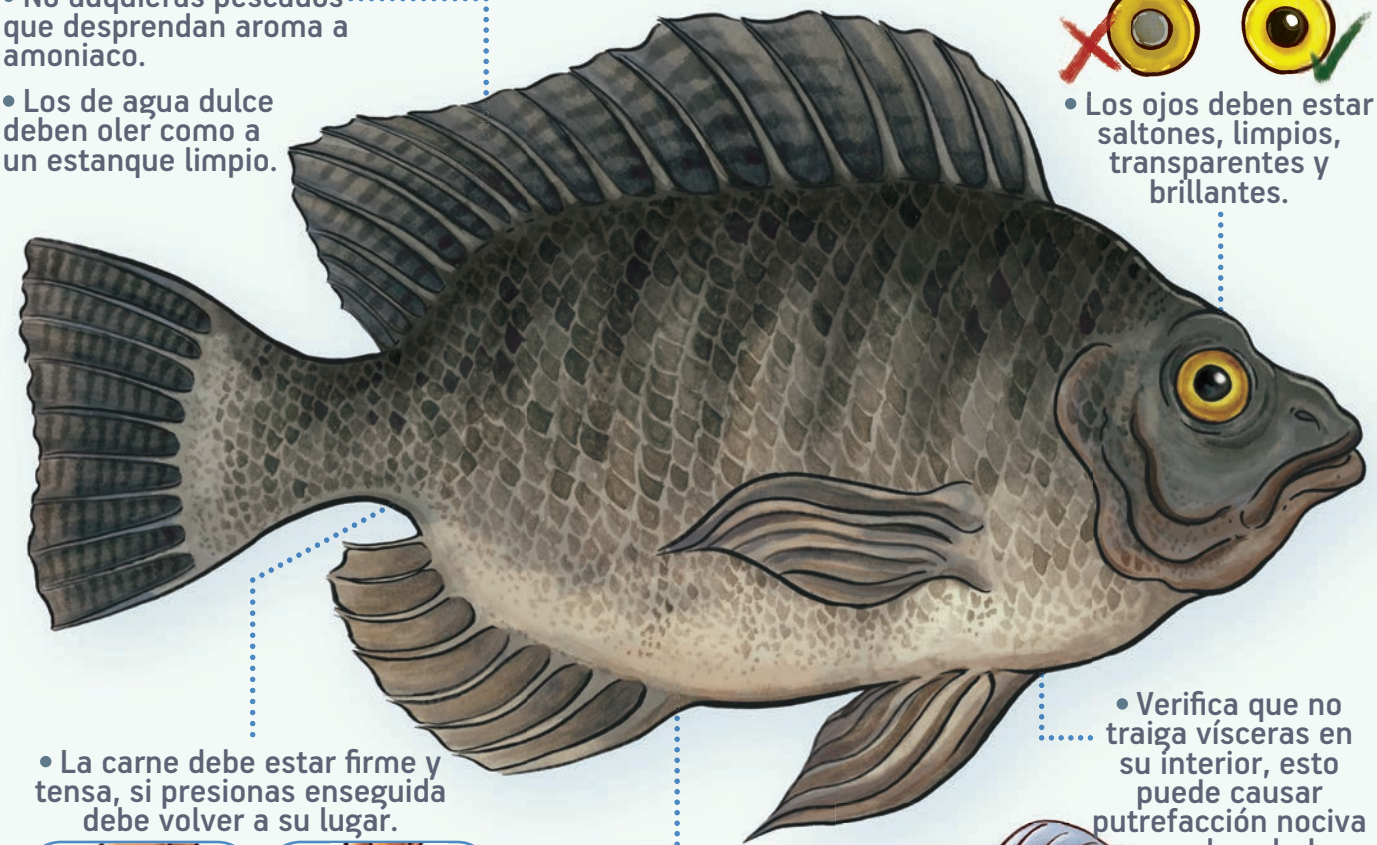
Es una de las opciones más económicas para consumir esta cuaresma. Este pez de origen africano es el favorito en esta temporada. En nuestro país se encuentran ocho tipos principalmente: tilapia herbívora, tilapia del Nilo, tilapia Stirling, tilapia blanca, tilapia de Mozambique, tilapia naranja, tilapia mojarra y la tilapia roja de Florida.

A diferencia de otros cárnicos, se puede consumir a diario un filete de 100 g, ya que es bajo en triglicéridos y colesterol.

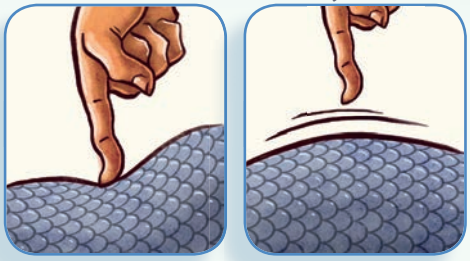
COMPRA

- No adquieras pescados que desprendan aroma a amoniaco.
- Los de agua dulce deben oler como a un estanque limpio.

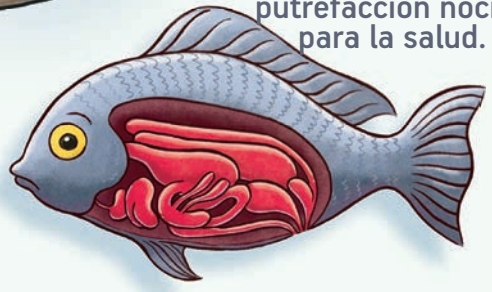
- Los ojos deben estar saltones, limpios, transparentes y brillantes.



- La carne debe estar firme y tensa, si presionas enseguida debe volver a su lugar.



- Las escamas fijas y la piel brillante son indicadores importantes de frescura.
- Verifica que no traiga vísceras en su interior, esto puede causar putrefacción nociva para la salud.



Es un pescado muy conocido y no es caro, lo puedes encontrar en pescaderías, mercados y tiendas de autoservicio.

• Entero o en filete, es un alimento muy versátil para cocinar: se puede hornear, hervir, asar al carbón o a la parrilla.

• La mejor manera de prepararlo es con hierbas aromáticas, acompañarlo con salsa de tomate rojo y cebolla, en cebiche, capeado, con arroz o pasta.

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

Aporta calcio, flúor, yodo, magnesio y zinc, todos ellos esenciales para el organismo.

Fósforo, mineral que forma parte de los huesos y disminuye la pérdida de masa ósea.

Selenio, antioxidante que refuerza el sistema inmunológico.

Provee **ácido omega 3** que reduce la presión arterial y la obstrucción de los vasos sanguíneos.

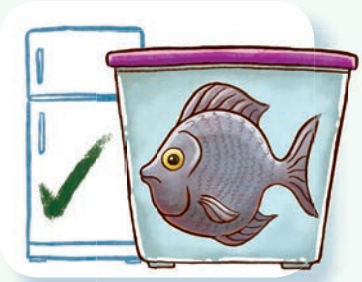
Niacina, vitamina que ayuda al sistema nervioso.

Hierro, indispensable para la formación de la hemoglobina.

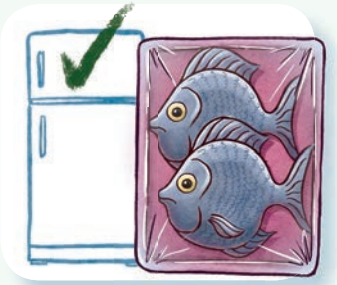
Es rico en **grasas insaturadas** que ayudan a reducir el nivel de colesterol en la sangre, lo cual previene enfermedades del corazón.

Ofrece gran cantidad de **proteínas,** necesarias para un buen funcionamiento hormonal, transporte de oxígeno y nutrientes en la sangre hacia las células.

CONSERVACIÓN



• Guárdalo en el refrigerador, en un refractario con tapa hermética.



• Congelado mételo directamente en el congelador.

• Si se deshiela ya no lo congeles.

• Una vez cocinado, refrigéralo máximo dos días. Para un segundo consumo, fríelo o hiérvelo muy bien.

En México este pescado fue introducido en 1964

Jalisco es el estado de mayor producción de mojarra, seguido por:

En nuestra red

Platillo Sabio Profeco: Arroz verde con pescado

http://bit.ly/2k44TH6

Fuentes:

- Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA)
- Doctora Esther Valencia, Médico Cirujano, Maestra en Nutrición
- Puebla, segundo lugar nacional en producción de tilapia: Sagarpa, en http://bit.ly/2fXOPYD
- Elige pescado fresco en el mercado en http://bit.ly/2gKvFCr
- Beneficios que aportan los pescados a nuestra salud en http://bit.ly/1osZCKJ
- Tilapia mojarra en http://bit.ly/1PrFOgS
- ¿Qué es la mojarra o tilapia ración? en http://bit.ly/2hecxB9
- Selenio en la dieta en http://bit.ly/2h3MhZv

Gráfico: **Bruno Piña**

10 CONSEJOS SOBRE EL ETIQUETADO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

Por: **Dr. Gabriel J. O'Shea*** (colaborador invitado)

1 Primera lección

La relación entre la comida procesada y la obesidad empieza en la infancia. Aprender a leer el etiquetado de los productos desde edad temprana conduce a elegir alimentos saludables.

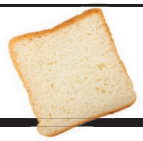
2 Etiquetado frontal nutrimental

La información puede ser por envase o por porción, indicando el número de porciones por envase, y debe incluir el aporte calórico de: grasa saturada, otras grasas, azúcares totales y sodio (mg), así como la energía en calorías por porción y por envase, y los porcentajes de los nutrimentos diarios.

3 Entender es valorar

Un estudio realizado en seis ciudades mexicanas demostró que **49%** de **731** consumidores **no comprendía** el etiquetado de la información nutricional, mientras que el resto **(51%)** sí lo entendía, y al hacerlo también valoró las ventajas de alimentarse mejor.

4 Decide si es sano comer un producto



Al ver la etiqueta se debe poder calcular la cantidad a consumir del alimento en una porción y la ingesta diaria, con base en el estándar internacional como referente para una dieta diaria de 2,000 kilocalorías, a fin de conocer el contenido real del producto y tomar mejores decisiones de consumo.

5 Elección saludable

La **Organización Panamericana de la Salud** (OPS) menciona que el "uso adecuado" del etiquetado de los alimentos previene la obesidad infantil y del adolescente, ya que permite identificar las bebidas azucaradas y los productos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional.

6 Reconoce los focos rojos

Un buen etiquetado también destaca los ingredientes que causan **intolerancias** o **alergias**, como los cereales con **gluten**, **crustáceos**, **pescados**, **cacahuate** o **nueces**, lo que ayuda a prevenir reacciones adversas como el choque anafiláctico.

7 Ubica la fecha de caducidad

Es el tiempo en que el fabricante asegura que el producto mantiene las condiciones sanitarias y de calidad adecuadas para su consumo. Algunos productos presentan fecha de consumo preferente, que se refiere a que bajo determinadas condiciones de almacenamiento expira el periodo durante el cual el producto es comercializable y mantiene las cualidades específicas que se le atribuyen.

8 Busca en la etiqueta el origen e ingredientes

Recuerda que los ingredientes del alimento deben **enumerarse** de **mayor** a **menor**, por ello es importante leer la etiqueta, ya que podemos saber cuál es el ingrediente principal y el origen de los nutrimentos que consumimos, y así comparar alimentos del mismo tipo.

9 Información nutrimental

Adicional a la información frontal, la nutrimental, debe declarar: contenido energético en **kilojoules** (kJ) y **kilocalorías** (kcal); cantidad de **proteínas**, **hidratos de carbono** (azúcares), **grasas** o **lípidos**, (especificando la cantidad que corresponda a grasa saturada), **fibra dietética** y **sodio**.

10 Existen excepciones

Los productos con un solo ingrediente, como hierbas, especias, extractos, granos de café, té, aguas embotelladas, entre otros, por lo general **no incluyen información** nutrimental.

* Comisionado Nacional de Protección Social en Salud/Seguro Popular.

¿QUIERES SABER MÁS?

10 Consejos sobre el etiquetado de alimentos y bebidas

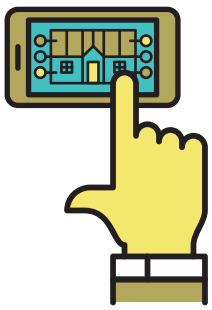
http://bit.ly/2lnnvUd

Dale PLAY

Internet de las cosas

¿Un cepillo de dientes que te indica cuántas caries tienes?, ¿un tostador que te da el pronóstico del clima?, ¿ficción o realidad? La era en que los objetos cotidianos se conectan entre sí para intercambiar información ya empezó, tiene nombre y promete modificar hábitos de consumo.

*De acuerdo con un estudio realizado por Nokia, 87% de los usuarios mexicanos estarían interesados en controlar dispositivos por medio de un smartphone.**



El término internet de las cosas (IoT, por sus siglas en inglés) se refiere a la interconexión digital de todo tipo de dispositivos a través de la red, desde neumáticos, cafeteras, lámparas, audífonos, hasta casi cualquier objeto que forme parte de tu rutina.

La Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT) explica que la idea es entrelazar dispositivos –desde computadoras y teléfonos inteligentes hasta simples sensores– que están conectados a internet y pueden comunicarse con otros aparatos, a menudo sin necesidad de intervención humana.

Todos los objetos conectados generan gran cantidad de datos y proporcionan a los fabricantes información valiosa acerca de su uso, problemas y necesidades de los consumidores, lo que permite conocer hábitos e incluso adelantarse a las demandas y así ofrecer productos y servicios desarrollados a la medida de cada usuario.

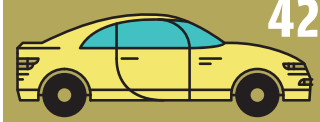
En estos días el internet de las cosas es una realidad que avanza a pasos agigantados y de ello ya vemos muchos ejemplos, como los relojes inteligentes que entre otras cosas miden cuántos pasos das, tus palpitaciones y están enlazados a tu smartphone, o el caso de las televisiones que se conectan para ver contenidos de servicios OTT*, o una cámara de vigilancia para tu casa que puedes controlar desde tu computadora o celular.

Los objetos que a los mexicanos les gustaría controlar o administrar desde su smartphone son:*

50% Dispositivos del hogar.

46% Aparatos de audio o televisión.

43% Objetos relacionados con la salud (como pulseras y sensores).



42% Automóvil.

34% Servicios del hogar (luz, agua y gas).

Fuente: Estudio Global de Adquisición y Retención de Clientes de Nokia 2016.

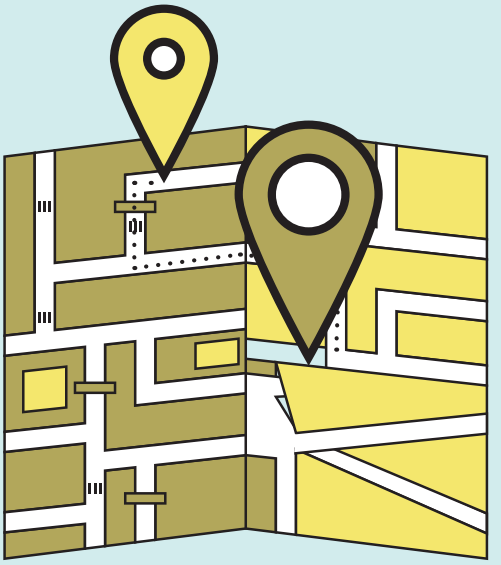
Las posibilidades son infinitas, ya que el reporte de la consultora Gartner (2016) muestra que para 2020, 26 millones de dispositivos estarán conectados, lo cual en un futuro muy cercano permitirá la construcción de ciudades inteligentes, en donde la interacción sea totalmente automatizada.

Lo que viene

Con la evolución del internet de las cosas será posible aplicar nuevas funciones en beneficio de los seres humanos, por ejemplo en estos aspectos:

Movilidad

Proporcionaría estadísticas sobre cómo se desplaza el usuario en las urbes y permitiría identificar zonas de tránsito conflictivo. Hoy en día ya existen apps, como **Waze** o **Google maps**, que ayudan a ahorrar gasolina y tiempo al llevarte por rutas menos transitadas.

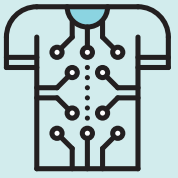


Marketing

Toda la información que generen los dispositivos inteligentes podrá ser analizada de manera instantánea y así definir mejor los gustos y necesidades de los consumidores.

Prendas de vestir

Ropa que monitoree tus funciones vitales y que envíe el diagnóstico a tu computadora con fines médicos. Éstas son algunas de las funciones que están en desarrollo y que seguramente en poco tiempo veremos en el mercado.



Eficiencia energética

Que las lámparas de tu casa cuenten con sensores que detecten cuando hay alguien y se apaguen en automático cuando no haya nadie, o que el alumbrado público se active dependiendo si hay peatones en la calle, ayudaría a hacer un mejor uso de los recursos.

Medios de transporte

Automóviles controlados mediante un reloj o un smartphone que, además, ayuden a prevenir accidentes o a ahorrar gasolina al elegir rutas menos transitadas. Si bien estas características ya se encuentran en algunos autos, muy pronto quizá ni siquiera tengamos que manejar.

***OTT**: Over the Top se refiere a los servicios de video, audio, voz o datos que se transmiten en las plataformas de internet fijo o móvil (pueden generar un costo).

¿SMARTPHONE NUEVO?

ANALIZA ANTES DE COMPRAR

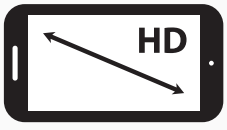
Hay en el mercado una extensa variedad de modelos con diferentes especificaciones, tecnología y funcionalidad, lo que implica que como consumidores debemos tener en cuenta varios elementos antes de decidirnos por un teléfono inteligente.

Lo primero que debes preguntarte es: ¿para qué vas a utilizar tu smartphone?

FACTORES QUE DEBES CONSIDERAR:

a) El tamaño y la resolución de la pantalla

Si tu principal interés es ver videos o fotografías en tu equipo celular, es importante que tengas en cuenta que el tamaño de la pantalla (cantidad de pixeles que se pueden mostrar) está relacionado con la resolución de la misma. Hoy en día la que más se adquiere es la **FullHD** (1920x1080 pixeles) y en México la que más se utiliza es la **HD** (1280x720 pixeles). Ten presente que encontrarás gran variedad de tamaños de pantalla y que éstas se miden en pulgadas y en diagonal.



b) Sistema operativo

Hay tres sistemas operativos principales: Android, iOS y Windows.

1. Android. Existen diferentes versiones del software, las que más se utilizan son: **4.1 Jelly Bean**, **4.4 Kitkat**, **5.0 Lollipop** y **6.0 Marshmallow**, y la más nueva **7.0 Nougat**. Recuerda que si tienes un smartphone con la versión actualizada te permitirá que más aplicaciones estén disponibles para su descarga y con más funciones. Toma en cuenta que aunque en el mercado haya actualizaciones del sistema operativo, no todos son compatibles con tu teléfono.

2. iOS. Es un sistema operativo estable y rápido que viene en equipos de gama alta. Algunas de sus peculiaridades son que permite enviar mensajes con tu propia letra, felicitaciones con animaciones de pantalla completa, así como mensajes ocultos que se pueden ver con sólo deslizar el dedo. Se pueden ver fotos, video y responder un mensaje directamente desde las notificaciones.

3. Windows Phone. También es estable, aunque carece de algunas características comparado con los anteriores y tiene un número menor de aplicaciones en su tienda virtual. La estructura de la interfaz ha sido mejorada. Puedes personalizar el panel de ajustes rápidos y determinar la prioridad de las notificaciones. El navegador Microsoft Edge, exclusivo de Windows 10, en la versión móvil añade el uso de gestos en la navegación, mejorando el uso inteligente de pestañas.

ESTOS SISTEMAS OPERATIVOS SE ENCUENTRAN EN GRAN VARIEDAD DE MARCAS Y MODELOS DE TELÉFONOS CELULARES, POR LO QUE PODRÁS ELEGIR ENTRE GAMAS BAJA, MEDIA Y ALTA.

c) Rendimiento

Se refiere a la potencia, así como a la velocidad de sus procesos, al hardware (los componentes físicos del equipo), memoria interna y externa, memoria RAM, etcétera. Si lo que buscas es descargar juegos, música y películas, lo ideal son los procesadores de alto rendimiento, los cuales se encuentran en smartphones de gama alta.

ACCESIBILIDAD

Cada uno de los sistemas operativos cuenta con distintas opciones, configuraciones e incluso aplicaciones para hacer más accesible el uso de tu celular. Los tres sistemas operativos antes mencionados cuentan con las opciones de visión, audición, habilidades físicas y motoras, y ayuda para lectura y escritura). Pensando en usuarios con alguna discapacidad o adultos mayores, las opciones de accesibilidad ayudan a que el uso del equipo sea más amigable y a que se puedan utilizar distintas aplicaciones como el sistema Braille y dictado o edición de texto por medio de comandos de voz. Algunas de estas aplicaciones aún siguen en estado beta (prueba), por lo que la configuración para su funcionamiento no es fácil.

d) Tipos de memoria

Si planeas utilizar tu *smartphone* para ver videos, comunicarte, redes sociales, escuchar música, tomar fotografías, leer, entre otras muchas cosas, te recomendamos que la memoria sea un factor de peso en tu decisión, ya que si eliges un modelo con capacidad para poco almacenamiento puede ocurrir que no te permita guardar todo lo que desees, además de que la velocidad se reducirá. En el hardware se integran diferentes tipos de memoria:

ROM (**Read Only Memory** o **memoria sólo de lectura**): Se almacena el sistema operativo del smartphone y también otros datos que no se pueden modificar por el usuario.

RAM (**Random Acces Memory** o **memoria de acceso aleatorio**): Pemite almacenar aplicaciones en uso y datos temporales. Esto quiere decir que mientras más aplicaciones tengas abiertas mayor cantidad de memoria consume, de manera que mientras más memoria tenga el dispositivo, más fluida y rápida va a ser tu navegación. Este tipo de memoria es un factor clave al elegir un sistema operativo.

FLASH: Permite instalar aplicaciones, almacenar fotos, videos y documentos. La memoria interna del teléfono es una memoria FLASH porque podemos guardar y leer datos en ella. Ésta se puede ampliar mediante el uso de una memoria externa conocida como tarjetas microSD, que incrementa el espacio para almacenar documentos, imágenes y videos. Es importante conocer el máximo de memoria externa que soporta tu equipo antes de comprar una microSD.

Fuentes

-https://www.xatakamovil.com/mercado/cinco-factores-clave-a-tener-en-cuenta-a-la-hora-de-comprar-un-telefono-movil
-https://deviceatlas.com
-http://www.lg.com/es/posventa/microsites/movil/memoria-ram-flash-rom
-http://tecnomagazine.net/2016/12/22/memoria-interna-y-externa-de-los-smartphones/
-https://support.google.com/accessibility/android/answer/6006564?hl=es-419
-http://www.apple.com/mx/accessibility/iphone/vision/
-https://support.microsoft.com/es-co/help/10664/windows-phone-accessibility-on-my-phone

LO BIEN HECHO ESTÁ #HechoenMéxico

Por Mayeli Mariscal Suárez*

Ropa, calzado, frutas, verduras, bebidas y juguetes son algunas de las mercancías que adquirimos como consumidores pero, ¿cuántas de éstas son elaboradas o cosechadas por manos mexicanas?

*Periodista en fuentes del ámbito económico.

Foto Raúl Curiel, Planta de KIA en Pesquería, Nuevo León

Consumir productos locales es un tema que desde inicios de este año se escucha una y otra vez en medios de comunicación y en redes sociales pero, como consumidores, ¿comprendemos a qué se refiere esta invitación?

A principios de febrero se dio a conocer la estrategia #HechoenMéxico, con el fin de reactivar la economía nacional, es por eso que tanto empresarios como el propio gobierno se unieron en este esfuerzo que va más allá de proteger las inversiones, pues también se busca que el ingreso rinda más, al evitar impuestos arancelarios o de otro tipo en artículos que provienen de otras latitudes.

En redes sociales se comparte gran número de mensajes que incentivan la compra en mercados locales, tianguis o directamente en tiendas pequeñas y no en cadenas comerciales, lo cual repercutirá en ahorro de combustible al no ir a una tienda de autoservicio, pero sobre todo que al comprar localmente apoyamos a que pequeños y medianos comercios mejoren sus ingresos y den trabajo.

El presidente de la Confederación de Cámaras Nacionales de Comercio, Servicios y Turismo (Concanaco Servytur), Enrique Solana Sentíes, insiste en que adoptar medidas para dar preferencia a lo hecho en México ayudará a continuar con la inversión y la generación de empleos formales, “a partir de lo cual se genere la estabilidad económica y social de nuestro país”.

"Los **Pueblos Mágicos** son ideales para pasar momentos de esparcimiento, por lo que también habrá que **establecer como meta visitar estos lugares** y así apoyar a los comercios del sector turístico".

Por su parte, el presidente de la Confederación de Cámaras Industriales (Concamin), Manuel Herrera Vega, expresa que los mexicanos debemos emprender, trabajar y transformar para crear valor, ya que "con nuestras ideas y talento podremos lograr el crecimiento y el bienestar que merecemos".

Para el uso del distintivo Hecho en México, la Secretaría de Economía (SE) establecerá los medios para determinar valor agregado nacional, certificación de la calidad, registro, vigilancia y sanción, con la participación de las cámaras y asociaciones empresariales, y para este efecto se dará a conocer una nueva Norma Mexicana que determinará el uso correcto del sello.

Las empresas y nuevos emprendedores interesados en usar el distintivo deberán acreditar, ante los organismos de certificación de la SE, que sus mercancías son producidas o cultivadas en la República Mexicana bajo cualquiera de los siguientes supuestos:

1. Que el bien es obtenido en su totalidad o producido enteramente en México.
2. Que el bien esté producido exclusivamente a partir de materiales que califican como originarios, de conformidad con los tratados o acuerdos comerciales en los que México sea parte.
3. Que el bien sea elaborado con bienes no originarios, pero que resulte de un proceso de producción en México.
4. Que el valor de transacción de los materiales no originarios no exceda del porcentaje establecido para cada sector respecto del valor de la transacción de la mercancía.

Compra sin intermediarios

Frutas y verduras
De forma regular, los productores acercan sus mercancías, especialmente aquellas que tienen que ver con la agroindustria como frutas y verduras, por medio de centrales de abasto o bien en mercados sobre ruedas o tianguis, además de que instituciones como la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (Sagarpa) y la Secretaría de Economía (SE) realizan ferias o jornadas en donde de manera directa los productores llegan a los consumidores. Es recomendable ir a la delegación más cercana (en este caso en la Ciudad de México) para conocer los calendarios de estos encuentros.

Cuidado personal
En los mercados también puedes encontrar cosméticos y otros artículos de limpieza y cuidado personal, los cuales en su mayoría son elaborados por pequeños emprendedores con productos orgánicos, lo que sin duda es un beneficio extra al contener menos químicos.

Vestido y calzado
Otros artículos que puedes encontrar en pequeños comercios o fábricas que tienen tiendas de venta al menudeo son ropa, calzado e incluso joyería y bisutería. Al acudir a estos negocios se pueden conseguir mejores precios.

Esparcimiento
Las ciudades o playas del país, especialmente esos lugares de distinción mundial, como los Pueblos Mágicos, son ideales para visitar, por lo que también habrá que establecer como meta conocer estos sitios y así apoyar a los comercios del sector turístico y apreciar nuestra riqueza nacional (lee nuestra Brújula de Compra sobre Pueblos Mágicos en las páginas 26 y 27).

Muebles
La industria mueblera mexicana ha tenido gran impulso en el país y cada vez es más común encontrar muebles de alta calidad para nuestra casa u oficina, incluso hay la opción de pedir que los hagan a la medida y según las necesidades del consumidor.

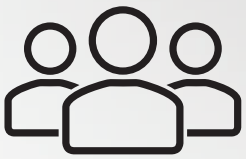
Un sello que hace diferencia

En 1978 se creó el logotipo "Hecho en México" para distinguir los artículos elaborados en el país.

•Su último relanzamiento se hizo en febrero de 2017.

•El logotipo "Hecho en México" sólo podrá imprimirse y reproducirse en los **envases o embalajes** de aquellos productos **expresamente autorizados.**

•El mal uso o uso del logotipo sin autorización de la Secretaría de Economía será sancionado en términos de las disposiciones de la **Ley de la Propiedad Industrial.**



•Es un distintivo para las personas físicas con actividad empresarial y las personas morales (empresas) que produzcan, elaboren o fabriquen productos en territorio nacional. Se puede solicitar la autorización para su uso de forma gratuita en **www.economia.gob.mx.**

•En la aplicación del logo **"Hecho en México"** se utilizarán los colores negro o blanco, según el tono de fondo, para que su lectura sea clara.

•**No se debe alterar su identidad gráfica:** proporciones, composiciones y distribución de los elementos que lo conforman.

5 beneficios de consumir *local* y #HechoenMéxico

Si aún no te convence responder a este llamado para consumir localmente, aquí te compartimos algunas de sus bondades:

1. El contacto es más cercano y directo con el proveedor.

2. Se ahorra en el precio de los artículos, pues se eliminan costos que incluye el intermediario.

3. Se fomenta la creatividad de los emprendedores.

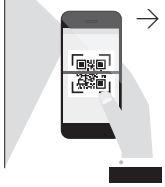
4. Rinde más el recurso que se destina a compras.

5. Al pasar menos tiempo en anaqueles o cajas para su transporte, las frutas y verduras gozan de mayor frescura y mejor sabor al no haber sido congeladas.

¿QUIERES SABER MÁS?

¿Cómo puedes obtener el formato de solicitud para utilizar el logotipo "Hecho en México"?

http://bit.ly/2kaGmTm



Saca un 10 ahorrando

Nuestro país se distingue por muchos aspectos: su riqueza arquitectónica, sus hermosas playas, sus tradiciones milenarias, la variedad de sus museos... pero también por la algarabía y el color de sus mercados y tianguis, en los que se venden productos que van desde alimentos de la canasta básica, hasta ropa, artículos para el hogar y toda clase de asombrosas mercancías.

Los mercados y tianguis gozan de gran prestigio entre nosotros, y no es para menos, pues ahí puedes encontrar todo lo que buscas a precios muy accesibles.

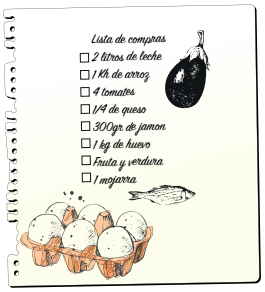
Pero eso no es todo, ir a comprar ahí es una tradición muy mexicana, el folclore que los rodea hace de estos espacios la delicia de chicos y grandes.

Además, gracias a la disposición de los comerciantes, podemos hacer uso del tradicional regateo, pedir el pilón o la prueba del producto.

En Profeco, preocupados siempre por cuidar tu economía, te sugerimos esta vez realizar tus compras en los mercados y tianguis de tu ciudad. Al comprar ahí ahorras en comparación con los supermercados, debido a que se reduce el número y tipo de intermediarios, además de que apoyas la economía nacional y local.

Aparte de incitarte a vivir la experiencia de ir a un mercado o tianguis, elaboramos esta lista de recomendaciones para que ahorres al comprar el mandado en estos sitios.

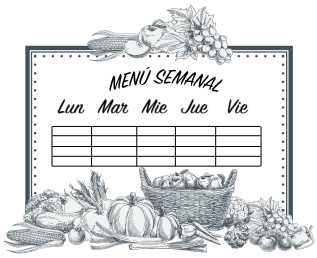
1 Planifica tus compras con anticipación



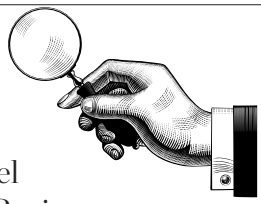
Elabora una lista antes de salir de compras. Revisa qué necesitas y qué tienes para no adquirir productos que no requieres Es importante que cuando vayas al mercado tengas en claro cuáles son las prioridades y ajustarte a ello.

2 Planea los menús

Prevé los menús semanales, de acuerdo al número de integrantes que comerán en casa, así ahorras al comprar sólo los alimentos necesarios y evitas el desperdicio.

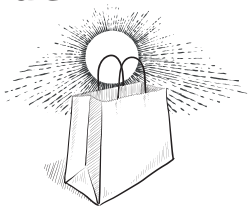


3 Compara precio y calidad



Pregunta en los diferentes puestos y recuerda que el producto de mayor precio no siempre es el mejor. Revisa la calidad de frutas y verduras.

4 Compra al empezar la tarde



Los comerciantes suelen bajar sus precios al final de la mañana para sacar los productos que no podrán vender más tarde, esto ayuda a que ahorres en tus compras.

en los mercados y tianguis

5 Adquiere frutas y verduras de temporada

Estos alimentos son más económicos, además de que benefician tu salud al aportar los nutrientes que tu cuerpo necesita. Asimismo, no requieren traslados prolongados ni almacenamiento, puesto que regularmente los consumimos en corto plazo.

6 Revisa la calidad

De esta manera te aseguras de elegir productos saludables para ti y tu familia. No olvides checar la fecha de caducidad, en los casos que sea posible.

7 Elabora cantidades correctas

Prepara porciones acordes a cada integrante de la familia. Comprar la cantidad correcta de productos, especialmente los perecederos, evitará que deseches comida, así como visitas adicionales al mercado.

8 Compra a granel

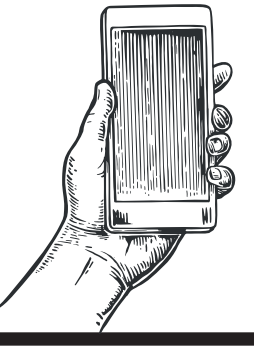
De esta forma ahorrarás dinero y realizarás un consumo sustentable al evitar generar basura de empaques; además, observarás el producto al natural, pues no hay envases que impidan ver su calidad y estado.

9 Organiza compras en grupo

Considera ir con otras personas y comprar al mayoreo. Cuando regresen del mercado, dividan la mercancía, así ahorrarán todos.

10 Vayas a donde vayas

Profeco está contigo. Para asesoría y consultas llama al Teléfono del Consumidor 55-68-87-22, en la Ciudad de México y Área Metropolitana, o al 01-800-468-8722, del interior de la República, así como atención en línea en http://telefonodelconsumidor.gob.mx



Conoce los Pueblos Mágicos

Faltan pocas semanas para las vacaciones de Semana Santa, por lo que aún tienes tiempo para planear esa escapada fuera de tu ciudad. Ya sea un viaje de ida y vuelta o de más días, **México tiene 111 Pueblos Mágicos** listos para ser explorados.

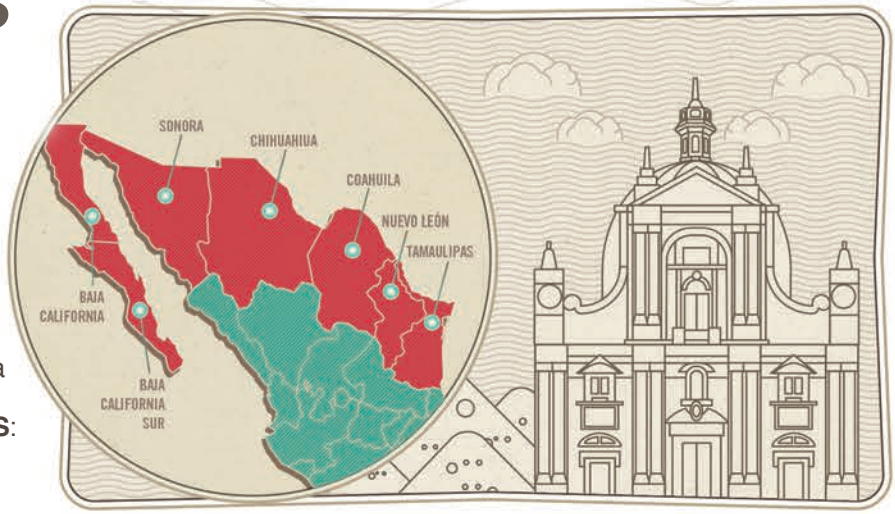
¿Por qué "mágicos"?

1. Por su riqueza arquitectónica única, sitios naturales asombrosos, historias o leyendas y un sinfín de platillos a degustar que solamente puedes conocer si los visitas.
2. Tienen atributos simbólicos, hechos trascendentes, magia que emana en cada una de sus manifestaciones socioculturales y representan una oportunidad para el turismo.
3. Porque están en el imaginario colectivo de la nación y son opciones frescas y diferentes para visitantes nacionales y extranjeros.

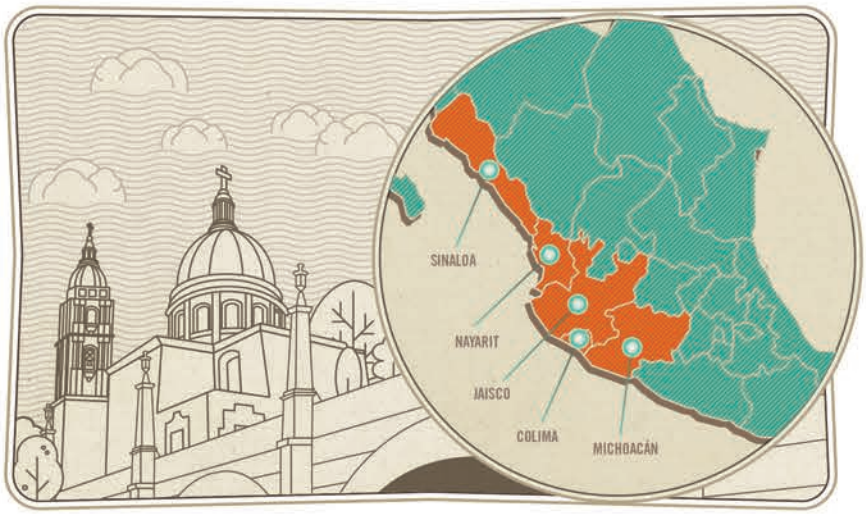
Regiones

Norte

BAJA CALIFORNIA: Tecate • **BAJA CALIFORNIA SUR**: Loreto, Todos Santos • **CHIHUAHUA**: Batopilas, Casas Grandes, Creel • **COAHUILA**: Arteaga, Candela, Cuatro Ciénegas, Guerrero, Parras de la Fuente, Viesca • **NUEVO LEÓN**: Linares, Santiago •**TAMAULIPAS**: Mier, Tula • **SONORA**: Álamos, Magdalena de Kino.



Loreto, Baja California Sur



Lagos de Moreno, Jalisco

Pacífico y Occidente

COLIMA: Comala • **JALISCO**: Lagos de Moreno, Mascota, Mazamitla, San Sebastián del Oeste, Talpa de Allende, Tapalpa, Tequila • **MICHOACÁN:** Cuitzeo, Jiquilpan, Mineral de Angangueo, Pátzcuaro, Santa Clara del Cobre, Tacámbaro, Tzintzuntzan, Tlalpujahua • **NAYARIT**: Jala, Sayulita • **SINALOA**: Cosalá, El Rosario, El Fuerte, Mocorito.

Centro

AGUASCALIENTES: Calvillo, Real de Asientos, San José de Gracia • **DURANGO**: Mapimí • **GUANAJUATO**: Dolores Hidalgo, Jalpa, Mineral de Pozos, Salvatierra, Yuriria • **ESTADO DE MÉXICO**: Aculco, El Oro, Malinalco, Metepec, Tepotzotlán, Valle de Bravo, Ixtapan de la Sal, Villa del Carbón, San Martín de las Pirámides y Teotihuacán • **HIDALGO**: Huasca de Ocampo, Huichiapan, Mineral del Chico, Real del Monte, Tecozautla • **MORELOS**: Tepoztlán, Tlayacapan • **PUEBLA**: Atlixco, Chignahuapan, Huauchinango, San Pedro Cholula, Cuetzalan del Progreso, Pahuatlán, Tlatlauquitepec, Xicotepec, Zacatlán • **QUERÉTARO**: Bernal, Cadereyta de Montes, Jalpan de la Serra, Tequisquiapan, San Joaquín • **SAN LUIS POTOSÍ**: Real de Catorce, Xilitla • **TLAXCALA**: Huamantla, Tlaxco • **ZACATECAS**: Jeréz de García Salinas, Nochistlán, Pino, Sombrerete, Teúl de González Ortega.

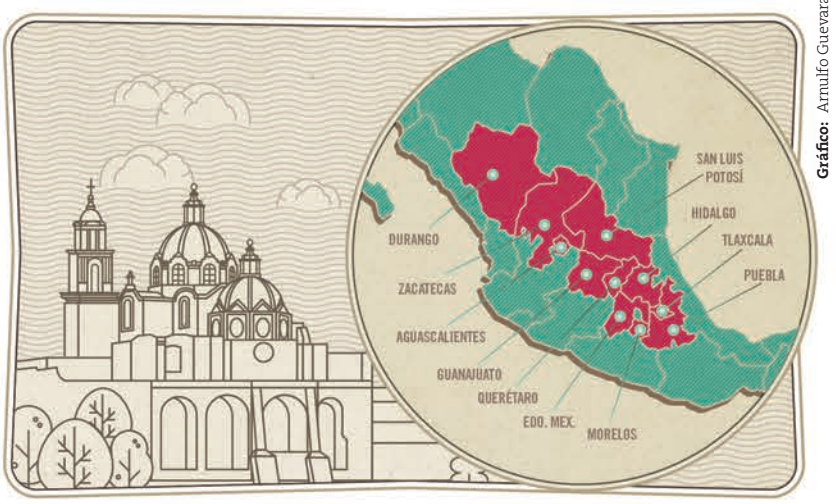
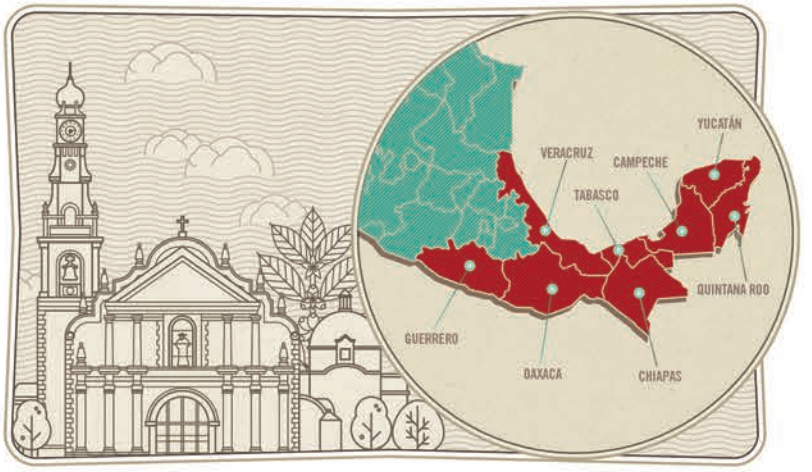


Gráfico: Arnulfo Guevara

San Pedro Cholula, Puebla



Coatepec, Veracruz

Sur

CAMPECHE: Palizada • **CHIAPAS**: Chiapa de Corzo, Comitán, Palenque, San Cristóbal de las Casas • **GUERRERO**: Taxco • **OAXACA**: Capulálpam de Méndez, Huautla de Jiménez, Mazunte, Mitla, Teposcolula • **QUINTANA ROO**: Bacalar, Isla Mujeres, Tulum • **TABASCO**: Tapijulapa • **VERACRUZ**: Coatepec, Papantla, Xico, Coscomatepec, Orizaba, Zozocolco de Hidalgo • **YUCATÁN**: Izamal, Valladolid.

Recomendaciones

Para que la planeación de tu viaje salga como lo esperas, considera lo siguiente:

1. Compara precios de transporte y hospedaje, así como los servicios incluidos.
2. Pregunta a familiares y amigos si también proyectan tomar unas vacaciones o salir de excursión, ya que podrían compartir gastos.
3. Reserva con anticipación, podrías generar un ahorro si existe un descuento. Recuerda que los precios de algunos servicios se incrementan si se adquieren próximos a su fecha de uso.
4. Revisa los términos y condiciones del transporte y hospedaje: horarios, cancelaciones, equipaje, costos extra, entre otros.
5. Conserva los comprobantes de tus compras para cualquier aclaración.
6. Si tu manejas, respeta los señalamientos y revisa tu automóvil antes de salir. Lleva los aditamentos correspondientes y visualiza la ruta que seguirás para evitar contratiempos.

FUENTES: Secretaría de Turismo y http://www.visitmexico.com/es/pueblosmagicos

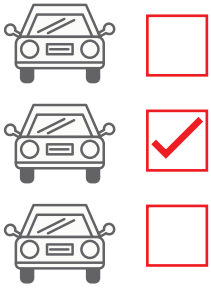
AUTONOMÍA SOBRE RUEDAS

¿Vas a salir de vacaciones, realizarás un viaje de negocios o tu vehículo está en el taller? Posiblemente estás pensando en alquilar un automóvil.

¿CÓMO FUNCIONA?

Si necesitas rentar un auto puedes hacerlo en una agencia o reservar en línea. El proceso es el siguiente:

1 Selecciona el tipo de vehículo que te interesa.

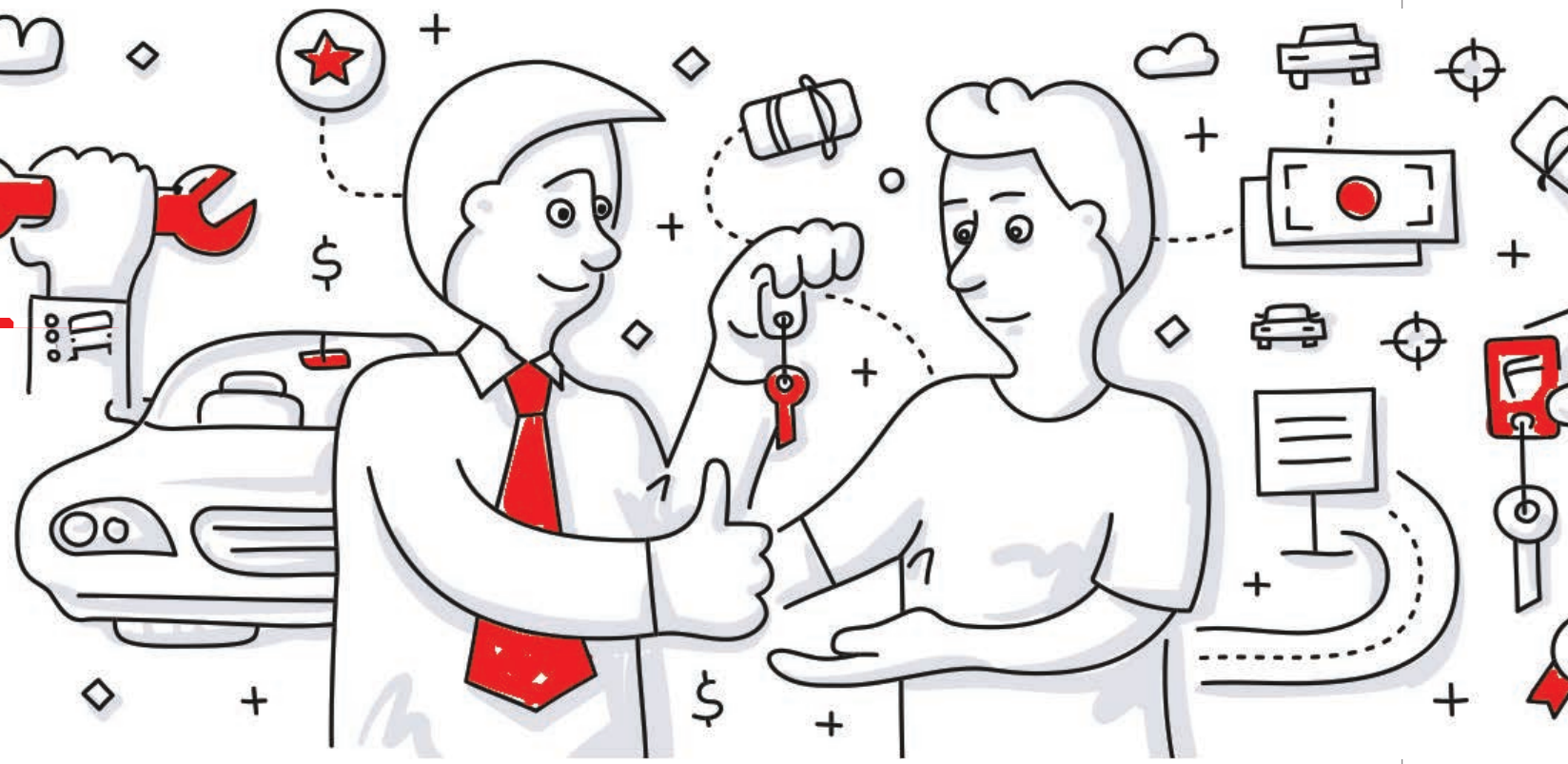


2 Paga el total de la renta (puede incluir cobros por servicios opcionales), más un porcentaje extra, que se utilizará sólo en caso de que haya cargos que excedan el valor total del arrendamiento.

3 La agencia te entregará el vehículo en perfectas condiciones y con el tanque de gasolina lleno.

4 Al regresar la unidad se hace una revisión y se determina si existen cobros extra como: días adicionales, devoluciones en otra localidad, faltante en el tanque de gasolina, gastos de reparación o multas, entre otros.

De acuerdo con **Peter Rodríguez**, presidente de la **Asociación Mexicana de Arrendadoras de Vehículos** (**AMAV**), las empresas ofrecen opciones de cobertura; sin embargo, el seguro de daños a terceros es obligatorio y puede estar incluido en el total o como cargo adicional. Con algunas agencias tendrás la opción de pagar los seguros con o sin deducible.



LOS PRECIOS

La Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**) recabó información, requisitos y precios de **ocho arrendadoras** de autos para un servicio de seis días (**del 6 al 12 de marzo de 2017**), con el fin de brindarte una idea de los aspectos a considerar y el gasto que puedes tener.

Los principales requisitos de la persona que se registrará como titular del contrato de renta son:

- **Licencia de conducir** del cliente principal y cualquier conductor adicional, en algunos casos con vigencia mínima de dos años.
- **Identificación oficial** (credencial del IFE/INE o pasaporte).
- **Tarjeta de crédito** a nombre del conductor.
- **Edad mínima** de 18 años y máxima de 80.

Se realizó una cotización, en los sitios de internet de las ocho empresas, para el alquiler de un automóvil intermedio en las ciudades de México y Cancún, por **seis días** con kilometraje **ilimitado**. El lugar para recibir y entregar el vehículo fue el aeropuerto de las respectivas ciudades. Toma en cuenta que a la fecha de publicación de este artículo los precios y servicios pudieron cambiar.

Cabe señalar que el artículo **44 de la Ley Federal de Protección al Consumidor** establece que los resultados de las investigaciones, encuestas y monitoreos publicados por la **Profeco** no podrán ser utilizados por las empresas o proveedores con fines publicitarios o comerciales.

EJEMPLO DE TARIFAS POR LA RENTA DE AUTOMÓVIL EN LAS CIUDADES DE MÉXICO Y CANCÚN

Días de renta: seis días / **Fecha de la renta:** Del 6 al 12 de marzo de 2017 **/ Lugar donde se recoge y entrega el auto:** Aeropuerto de la ciudades.

Empresa	Características generales del automóvil			Ciudad donde se renta	Tarifas			Precio TOTAL
	Marca y submarca	Número de pasajeros / Número de maletas	Otras		Renta por seis días	Seguro o protección		
						Concepto	Costo	
Alamo	Chevrolet Aveo	4 / 2	4 puertas, transmisión automática, aire acondicionado, entre otras.	Cancún	$1,510.56	Daños a terceros	$2,484.00	**$5,467.75**
				Ciudad de México	$881.16		$2,484.00	**$4,606.23**
Avis	Chevrolet Aveo	5 / 2 grandes y 1 de mano	4 puertas, transmisión automática, aire acondicionado, radio AM/FM/CD, entre otras.	Cancún	$2,178.00	Daños a terceros	Incluido	**$3,514.00**
				Ciudad de México	$2,550.00		Incluido	**$4,779.00**
Budget Rent a Car	Volskwagen Vento	5 / 4	4 puertas, transmisión automática, bolsa de aire, aire acondicionado, entre otras.	Cancún	$1,752.00	Daños a terceros en sus bienes o sus personas	$2,370.00	**$5,671.19**
				Ciudad de México	$810.00		$2,370.00	**$4,381.78**
Europcar	Chevrolet Aveo	5 / 3	4 puertas, transmisión automática, aire acondicionado, entre otras.	Cancún	No especifica	Colisión y robo	$1,320.00	**$3,351.94**
				Ciudad de México	No especifica		$1,320.00	**$2,712.73**
Hertz	Chevrolet Aveo	5 / 3	4 puertas, transmisión manual, aire acondicionado.	Cancún	$1,468.13	Responsabilidad civil y asistencia vial	Incluido	**$2,198.39**
				Ciudad de México	$1,648.00		Incluido	**$2,460.07**
Mexico Car Rental	Chevrolet Aveo	5 / 4	Aire acondicionado, transmisión automática, estéreo, entre otras.	Cancún	$502.00	• Seguro de daños por colisión • Seguro contra robo • Seguro de daños contra terceras personas • Seguro de ocupantes o gastos médicos	Incluido	**$3,012.00**
				Ciudad de México	$735.00		Incluido	**$4,410.00**
National Car Rental	Chevrolet Aveo	5 / 3	Transmisión estándar o automática	Cancún	$300.00	Daños a terceros involucrados en un accidente (colisión y gastos médicos).	$1,140.00	**$1,917.07**
				Ciudad de México	$900.00		$1,140.00	**$2,792.35**
Sixt rent a car	Chevrolet Aveo	5 / 2 grandes y 1 de mano	4 puertas, climatizador, transmisión automática	Cancún		Daños a terceros	Incluido	**$1,619.08**
				Ciudad de México			Incluido	**$3,598.31**

La información presentada es estrictamente para fines informativos y comparativos. Esta selección de precios, servicios y productos, se ha realizado de forma aleatoria. No tomes este artículo como una serie de recomendaciones de consumo, sólo como referencia.
Para mayor información sobre precios, costos adicionales, promociones, características, cobertura de seguros, servicios adicionales, otros requisitos, se recomienda acudir directamente con el proveedor del producto o servicio.
Fuente: Información recabada en los sitios de internet de las empresas el 8 de febrero de 2017, por lo que a la fecha de publicación de este artículo pudo haber cambiado.

Fuentes: • Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas de INEGI.
• Asociación Mexicana de la Industria Automotriz, A. C. (AMIA).
• NOM-174-SCFI-2007 sobre prácticas comerciales-elementos de información para la prestación de servicios en general.
• Ley Federal de Protección al Consumidor.
• Diario del viajero, Consejos al alquilar un coche. Consultado el 18 de julio, en: http://www.diariodelviajero.com/consejos/consejos-al-alquilar-un-coche
• Fundación RACC, Estudio Eurotest. Alquiler de coches: condiciones y estado de los vehículos. Consultado el 19 de julio de 2016, en: http://imagenes.racc.es/pub/ficheros/adjuntos/adjuntos_eurotest_car_hire_jzq_e23413cb.pdf
• El maestro financiero. El negocio de rentar automóviles. Consultado el 21 de julio de 2016, en: www.maestrofinanciero.com/el-negocio-de-rentar-automoviles

Otras observaciones
Impuesto por uso de aeropuerto de 18% incluido en el precio
Incluye: Kilometraje ilimitado
Impuesto por uso de aeropuerto de 18% incluido en el precio
Aplican descuento si se paga en línea El precio total incluye: • Kilometraje Ilimitado • Cuota de ubicación (Location Fee) 12% • Responsabilidad Civil
Incluye: Kilometraje ilimitado
El precio total incluye: • Kilometraje ilimitado • Servicio de asistencia legal • IVA, impuestos mexicanos
Incluye: • Impuesto por uso de aeropuerto de 18% • IVA, impuestos mexicanos
Incluye: • Kilometraje ilimitado • Impuestos legales

• Carroya.com, Cómo funcionan las compañías de alquiler de vehículos. Consultado el 15 de julio de 2016, en: http://www.carroya.com/contenido/clasificar/alquiler_carros/Guia/home/ARTICULO-WEB-PTL_NOTA-7719182.html
• Consumer Eroski, Precaución al alquilar un coche en vacaciones. Consultado el 12 de julio de 2018, en: http://www.consumer.es/web/es/motor/compra_coche/2013/07/12/217300.php.
• Periódico Viaje.com. Cuándo sí y Cuándo no, en la renta de autos, http://periodicoviaje.com/opinion/923/Cuándo-sí-y-cuándo-no-en-la-renta-de-autos

OBSERVAMOS ESTO:

- En cuatro empresas el seguro de daños a terceros o de responsabilidad civil ya está incluido en el precio, mientras que en el resto es obligatorio contratarlo con costo adicional.
- Al reservar o pagar anticipadamente puedes obtener un precio más bajo y aprovechar ofertas, lo mismo que al pagar en línea.
- Cada compañía maneja sus propias políticas, condiciones y restricciones del servicio; sin embargo, en la mayoría las cuotas de arrendamiento se incrementan por las siguientes razones:
  - Contratar el auto en el aeropuerto.
  - El coche se entrega en otra ciudad.
  - Si contratas un prepago de gasolina.
  - Si deseas un servicio de entrega y devolución del auto en tu domicilio.
  - Por el servicio con chofer.
  - Al solicitar conductores adicionales o con edad mínima.
  - Agregar algún elemento extra, como un sistema de navegación o una silla de seguridad para bebés.

RECOMENDACIONES

- Reserva con tiempo si buscas un modelo de automóvil específico o un servicio para una fecha muy demandada.
- Si pagas en línea, aprovecha los descuentos.
- Antes de abandonar la agencia, observa detenidamente las condiciones del vehículo. Si no estás seguro sobre el auto o si le encuentras defectos, repórtalos o solicita el cambio de unidad.
- Asegúrate de que al devolver el automóvil quede documentado que se entrega libre de daños.
- Comprueba el llenado de gasolina y guarda las notas como prueba de haber devuelto la unidad con tanque lleno.
- Verifica las características y cobertura del seguro. La responsabilidad a terceros es obligatoria. Puede que sea necesario un pago adicional para incrementar la cobertura.
- Pregunta por el procedimiento a seguir en caso de avería, accidente o robo. Solicita un número de teléfono para llamar en caso de emergencia y los horarios de atención.
- Observa que quede asentada la fecha y hora límite de entrega del auto, apégate a ella si no quieres pagar un cargo adicional.
- Pregunta todas tus inquietudes antes de firmar, trata de no quedarte con ninguna duda.

Si tienes alguna inconformidad con tu proveedor, acude a tu delegación **Profeco** más cercana o llama al **Teléfono del Consumidor 5568 8722** en la Ciudad de México, o al **01800 468 8722** en el resto del país. Ante alguna publicidad engañosa, denúnciala llamando al **Teléfono del Consumidor** o envía un correo a **publicidadenganosa@profeco.gob.mx**.

El Laboratorio Profeco Reporta

Leches descremadas

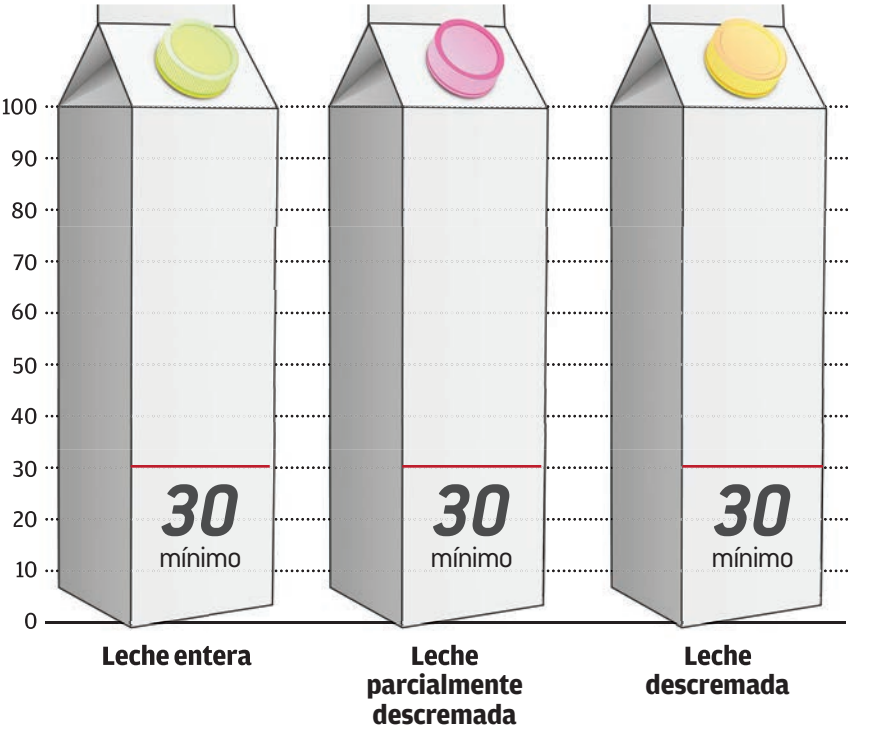
El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor se dio a la tarea de analizar ***leches descremadas*** y las que usan el término ***light,*** ya sean descremadas o parcialmente descremadas, para que conozcas lo que ***contiene tu vaso de leche.***

La preocupación, cada vez más generalizada, sobre el problema de la obesidad ha fomentado que la industria alimentaria realice modificaciones en los productos para reducir el contenido de grasa, azúcar y sal, por lo que muchos de éstos usan el término "light".

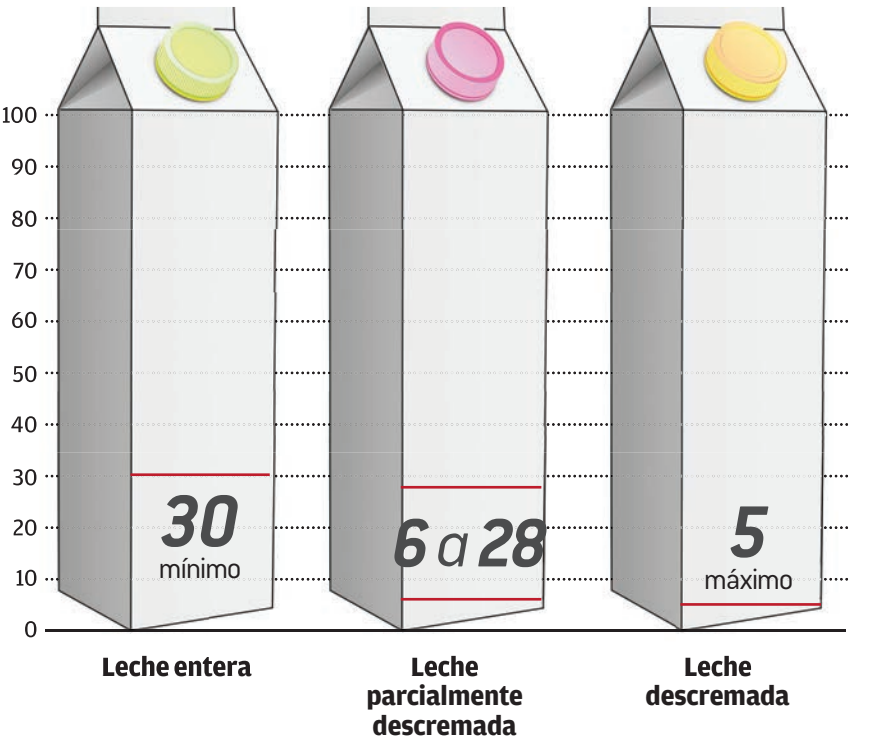
En México las leches que se comercializan son de diferentes tipos, y la mayoría de los consumidores pueden elegir entre la entera, parcialmente descremada, semidescremada y descremada. De acuerdo con la NOM-155-SCFI-2012 "Leche-Denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba", este tipo de productos deben tener:

Caseína: Es la proteína más importante que se encuentra en la leche en forma de un complejo soluble de calcio y fósforo.

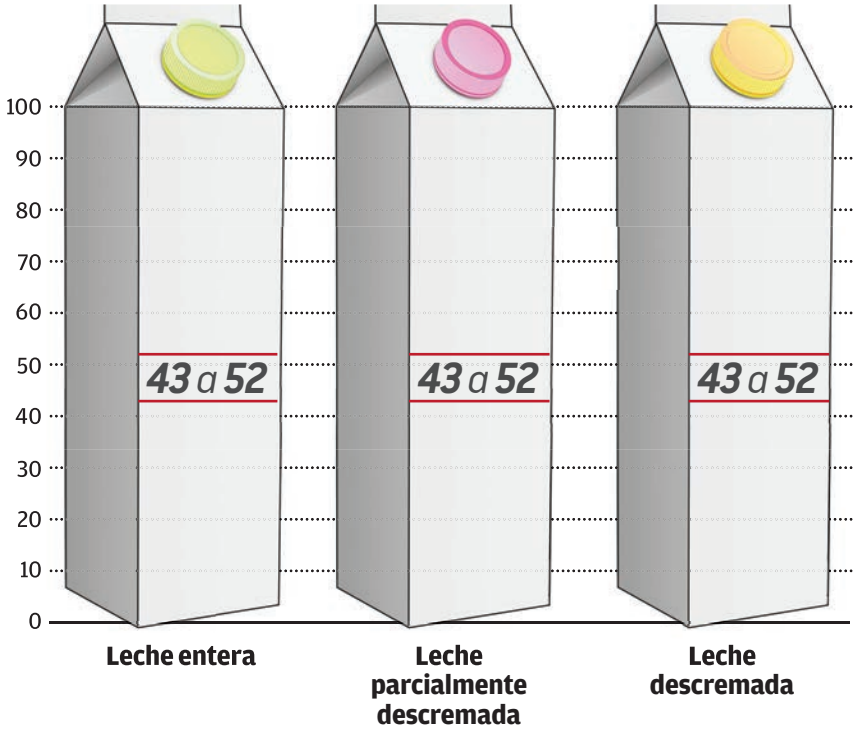
Proteína (g/l)



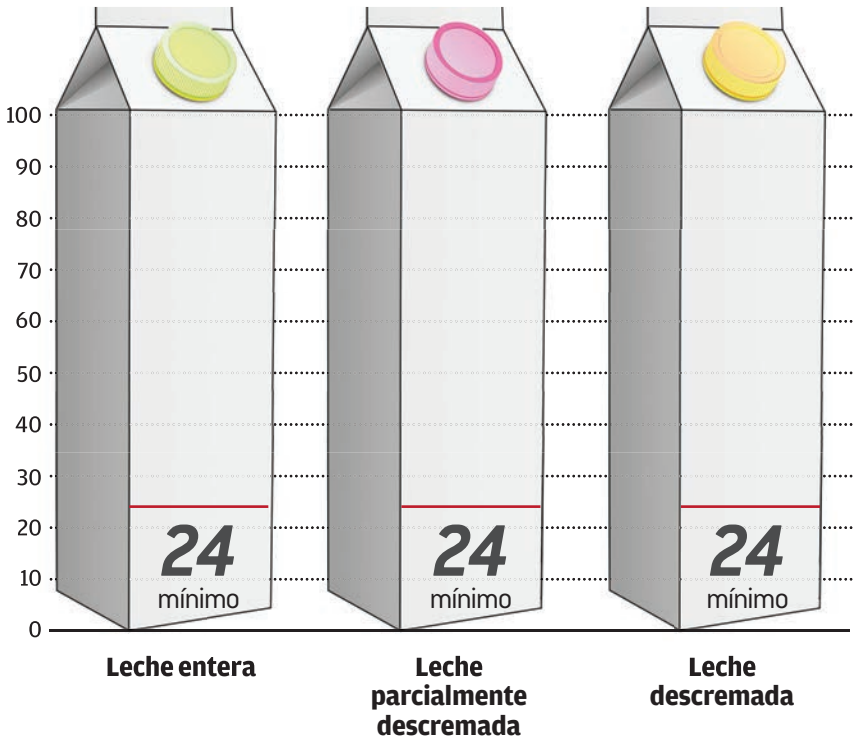
Grasa (g/l)



Azúcares (g/l)



Caseína (g/l)



La relación **caseína** / **proteína** debe ser al menos de **80%** (m/m)

El estudio

- Se analizaron **16 leches** que utilizan el término light, las cuales pueden ser descremadas y parcialmente descremadas, y dos que sólo se denominan descremadas.
- En todos los productos se determinaron sus nutrientes: contenido de **proteína, carbohidratos, grasa** y **aporte calórico.**
- Se evaluó el contenido de sólidos no grasos, caseína y densidad, ya que la norma **NOM-155-SCFI-2012** establece que no deben ser menores a **83 g/l, 24 g/l** y **1.031 g/ml,** respectivamente, y también se constató que cumplieran con la relación caseína /proteína, pues no debe ser inferior a **80%.**
- **Se verificó que la información declarada en la etiqueta estuviera completa,** de acuerdo con los requisitos que pide la norma de etiquetado, y que fuera veraz, es decir, que cumpliera con el contenido neto que ostenta y que no indujera a error sobre las características del producto.
- Aunque no formó parte de la **evaluación,** se presenta el costo por **100 ml** de producto.

Como se puede observar, la leche descremada aporta la misma cantidad de **proteínas** y **azúcares** (lactosa) que la entera, así como de calcio. La diferencia es que la descremada contiene una cantidad mínima de **grasa** y, por tanto, menos calorías, pero al carecer de **grasa** su sabor difiere del de la entera.

Al eliminar la grasa de este alimento, también se separan las vitaminas liposolubles A, D y E; sin embargo, prácticamente todas las leches parcial o totalmente descremadas que se comercializan están adicionadas con estas vitaminas.

LECHES DESCREMADAS Y LIGHT ULTRAPASTEURIZADAS

Selecto Brand light

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

SAN MARCOS Light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada adicionada **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa • **Presentación:** 1 litro

NATURA tamariz light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

Borden LIGHT

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

LALA Siluette plus 0%

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas** (entre ellas **A** y **D**), fibra y minerales. Sin grasa.
• **Presentación:** 960 mililitros

En la mayoría de los productos la información al consumidor es completa, excepto la de **Aguascalientes light, leche baja en grasa ultrapasteurizada de vaca,** que no utiliza la denominación como lo establece la NOM-155-SCFI-2012.

Sobre la veracidad de datos, sólo dos no cumplen, **SAN MARCOS Light, leche parcialmente descremada ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas A y D, baja en grasa,** de la que dos de seis muestras no cumplieron con el contenido neto, pues tuvieron hasta 1.7% menos de lo declarado, y **bové light, leche parcialmente descremada ultrapasteurizada adicionada con vitaminas A y D,** presenta símbolo KMD (MÉXICO KOSHER LÁCTEO) que no demuestra.

El país de origen de todos los productos es **México.**

Santa Clara Light

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

LALA Light

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

parmalat light

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. Sin grasa. • **Presentación:** 1 litro

bové light

Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con **vitaminas A** y **D**. • **Presentación:** 1 litro

AGUASCALIENTES Light

Denominación: Leche baja en grasa ultrapasteurizada de vaca. • **Presentación:** 1 litro

Ficha técnica

Periodo del estudio
Del 31 de octubre de 2016 al 13 de enero de 2017

Periodo de muestreo
Del 31 de octubre al 30 de noviembre de 2016

Leches analizadas	Pruebas realizadas
18	1,292

LECHES DESCREMADAS *Y LIGHT ULTRAPASTEURIZADAS (CONTINUACIÓN)*

alpura 2000 light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada adicionada con ácido fólico, **vitaminas A** y **D**. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

alpura Mujer

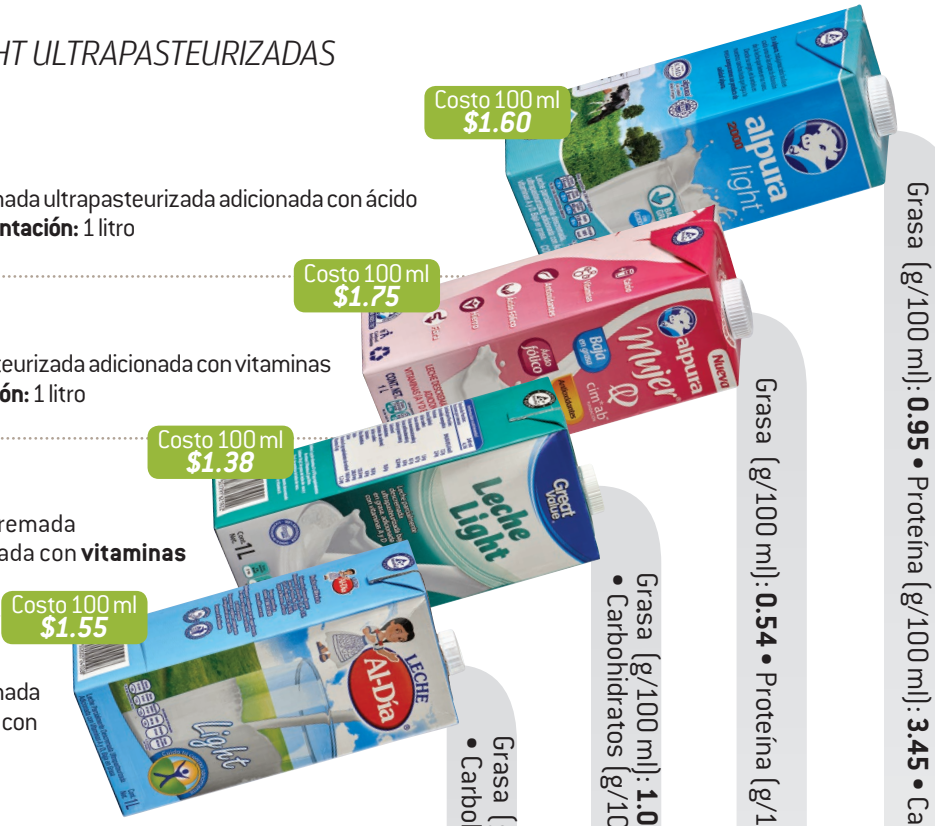
Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada adicionada con vitaminas (**A** y **D,** entre otras) y **Minerales.** • **Presentación:** 1 litro

Great value Light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada. Baja en grasa, adicionada con **vitaminas *A*** y **D**. • **Presentación:** 1 litro

Al-Día light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada. Baja en grasa, adicionada con **vitaminas A** y **D**. • **Presentación:** 1 litro



Grasa (g/100 ml): **0.95** • Proteína (g/100 ml): **3.45** • Carbohidratos (g/100 ml): **5.0**

Grasa (g/100 ml): **0.54** • Proteína (g/100 ml): **3.31** • Carbohidratos (g/100 ml): **6.0**

Grasa (g/100 ml): **1.00** • Proteína (g/100 ml): **3.14** • Carbohidratos (g/100 ml): **4.6**

Grasa (g/100 ml): **0.55** • Proteína (g/100 ml): **3.34** • Carbohidratos (g/100 ml): **4.6**

Normatividad

NOM-002-SCFI-2011. Productos Preenvasados-Contenido Neto-Tolerancias y Métodos de Verificación.

NOM-051-SCFI/SSA1-2010. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria.

NOM-155-SCFI-2012. Leche-Denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba.

SORIANA Light

Denominación: Leche descremada. Reducida en grasa, ultrapasteurizada. • **Presentación:** 1 litro

VALLEY FOODS LIGHT

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada. Baja en grasa. • **Presentación:** 1 litro

LALA extra calcio light

Denominación: Leche parcialmente descremada ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas **A, D, K** y **Calcio.** Baja en grasa. • **Presentación:** 960 mililitros

Vaca Blanca Light

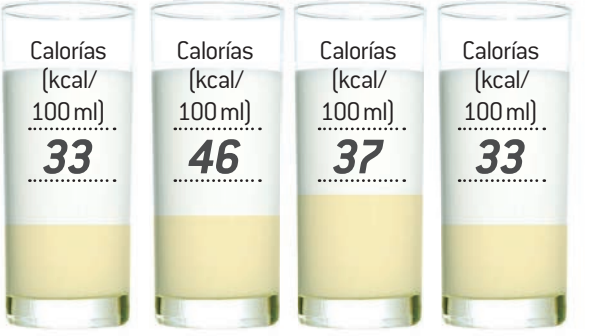
Denominación: Leche descremada ultrapasteurizada. enriquecida con **vitaminas A** y **D.** • **Presentación:** 1 litro

Grasa (g/100 ml): **0.18** • Proteína (g/100 ml): **3.31** • Carbohidratos (g/100 ml): **4.6**

Grasa (g/100 ml): **0.40** • Proteína (g/100 ml): **3.14** • Carbohidratos (g/100 ml): **5.2**

Grasa (g/100 ml): **1.00** • Proteína (g/100 ml): **3.80** • Carbohidratos (g/100 ml): **5.5**

Grasa (g/100 ml): **0.19** • Proteína (g/100 ml): **3.27** • Carbohidratos (g/100 ml): **4.5**



Información en la etiqueta

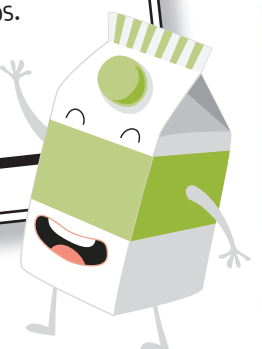
ENCONTRAMOS

Que la marca AGUASCALIENTES Light (Leche baja en grasa ultrapasteurizada de vaca) no utiliza la denominación como lo establece la NOM-155-SCFI-2012.

DETECTAMOS

Que la marca bové light (Leche descremada, ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas A y D), usa el símbolo Kosher (K), pero no demostró la autorización religiosa para el uso del mismo.

En términos de la modificación que hacen a la leche al disminuir su contenido de grasa, todas las marcas analizadas cumplen con lo establecido en la norma **NOM-086-SSA1-1994** "Bienes y servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones nutrimentales".

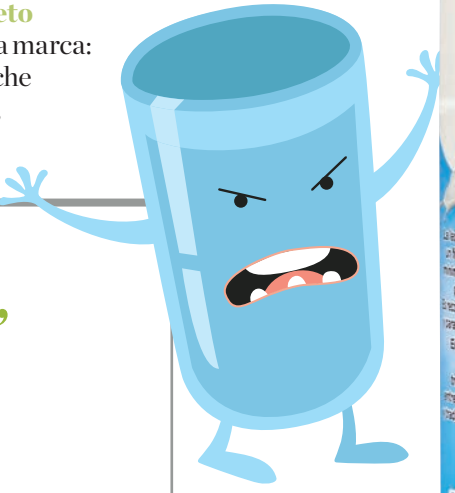


Resultados

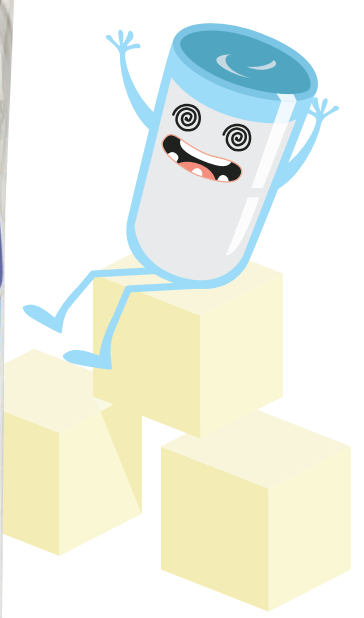
Entre las distintas marcas encontramos:

- Sólo un producto

NO **cumple con el contenido neto declarado,** nos referimos a la marca: **SAN MARCOS Light** / Leche parcialmente descremada, ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas A y D, baja en grasa.



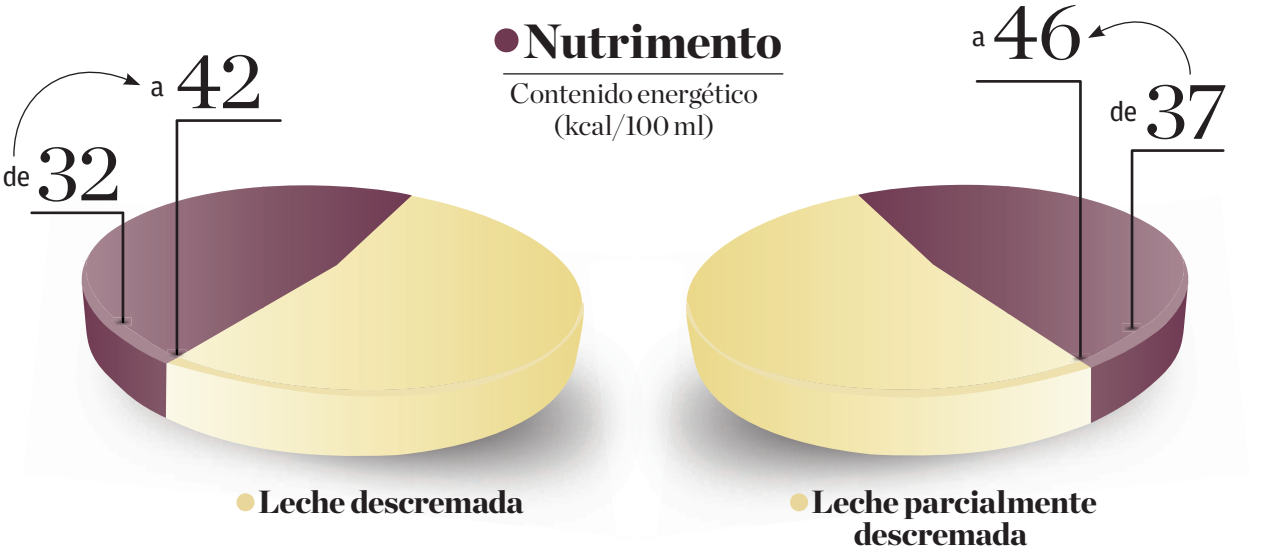
- En cuanto a los requisitos de la norma **NOM-155-SCFI-2012,** encontramos incumplimientos:



- Respecto a lactosa (azúcares propios de la leche), **NO** **cumple** la marca **LALA extra calcio light** / Leche parcialmente descremada, ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas A, D, K y calcio, baja en **grasa,** ya que excede el valor especificado en la norma.

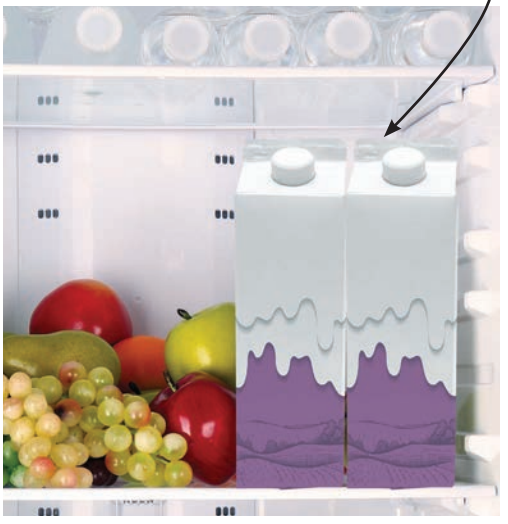
- En la relación **caseína / proteína** **NO** **cumple** la marca: **Borden LIGHT** (Leche parcialmente descremada, ultrapasteurizada, adicionada con vitaminas A y D, baja en grasa).

Se pudo observar que los fabricantes usan indistintamente el término light para las leches descremadas y las parcialmente descremadas. El hecho de que un alimento sea **light no significa que no aporte calorías.** El cuadro muestra el rango en que se encuentran los contenidos calóricos de las marcas analizadas:



Recomendaciones

Para conservar la leche debes cuidar que no se exponga a la luz, al calor y al oxígeno, a fin de que no se altere su composición. Por eso es recomendable, una vez abiertos, tapar muy bien los productos y mantenerlos en refrigeración, de esta manera no absorben olores de otros alimentos.



La forma más común de consumirla es fría o caliente, aunque también se utiliza para la elaboración de diversos platillos. Si a la leche se le eleva la temperatura más de lo normal se forma una capa superficial (nata), constituida por la grasa y las proteínas propias del producto. Para evitar esto, calienta a fuego bajo.

Si abusas de alimentos altos en grasa y azúcares, de nada sirve tomar leche descremada, ya que puede ser mayor la grasa que aportan los primeros en comparación con lo que reduces al cambiar una leche por otra.

Al mal tiempo,
un buen impermeabilizante

Antes que comience la temporada de lluvias tu azotea tiene que estar en excelentes condiciones, a fin de evitar que se filtre la humedad a tu casa. Conoce lo que debes tomar en cuenta para realizar esta ardua tarea de mantenimiento.

La selección de un buen impermeabilizante es indispensable para no gastar dinero de más, pues no siempre el precio está en función del desempeño o durabilidad del producto. Tener información de primera mano te evitará malas experiencias en este tema, por eso el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor se dio a la tarea de hacer un estudio de calidad de los impermeabilizantes 7-A de mayor distribución en el país y así ayudarte en tu decisión de compra.

El estudio

Se analizaron 16 de los impermeabilizantes elastoméricos categoría 7-A, incluidos dos productos fibratados, con mayor presencia en las tiendas especializadas y de autoservicio de la Ciudad de México y área conurbada. Los resultados del análisis se agrupan en los siguientes rubros:

Información al consumidor

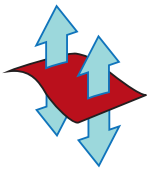
Se verificó que el etiquetado de los productos estuviera en español, de forma legible y que cumpliera con lo solicitado en la normatividad nacional vigente aplicable, por ejemplo: nombre, tipo, modelo, color, contenido neto, denominación o razón social, domicilio fiscal, país de origen, lote, fecha de producción y caducidad, condiciones de almacenaje, advertencia de riesgo y rendimiento. También, en los casos en que el producto incluye instrucciones de uso, que éstas aparecieran en un instructivo o manual de operación anexo.

Viscosidad

Se cuantificó esta propiedad de los productos analizados, la cual se manifiesta como la resistencia al flujo mediante una acción mecánica.

Permeabilidad

Se evaluó la capacidad del recubrimiento de permitir o no que un fluido (generalmente agua) lo atraviese sin alterar su estructura interna.



Absorción de agua

Se determinó la capacidad de absorción de agua, para lo cual, probetas del material de recubrimiento fueron sometidas a una inmersión en agua destilada por siete días. Al finalizar, por diferencia de pesos, se calculó el porcentaje de absorción de cada probeta, el cual no debió ser mayor a 20%.

Flexibilidad a baja temperatura

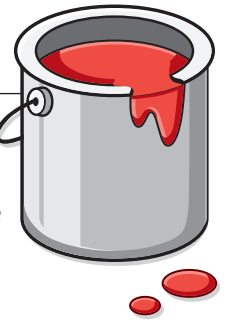
Se determinó la flexibilidad en condiciones de baja temperatura, verificando que un doblez de 180 grados realizado sobre la película seca a una temperatura de -15°C, no provoque fracturas (grietas) o separación de capas en la película.

Intemperismo acelerado

Se valoraron los cambios que podría presentar el recubrimiento después de su exposición de forma acelerada a radiación de luz ultravioleta, altas temperaturas, rocío y condensación de agua, de forma consecutiva, intentando simular las condiciones a que puede estar expuesto durante su vida útil. Al término de la prueba (en este caso 1,700 horas) se buscaron posibles cambios, como ampollamiento, reblandecimiento, agrietamiento o una ligera pérdida de brillo. Posteriormente se evaluó la degradación física que puede sufrir el material sobre su resistencia a la tensión y su porcentaje de elongación, características que en su justo balance no permiten que las contracciones y expansiones que sufren las losas o techumbres fracturen el recubrimiento y afecten la impermeabilidad.

Estabilidad en anaquel

Se diagnosticó el cambio de consistencia y apariencia que pueden presentar los impermeabilizantes dentro de su envase, después de estar sometidos a una temperatura de por lo menos 50°C durante 30 días, como podría ocurrir durante su almacenaje.



Evaluación Global de Calidad

E Excelente

$1,010.00

$2,420.00

Acuario
Acriterm ACUAFLEX

País de origen: ***México***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **Completa**	
Garantía (años): **7 años**	
Rendimiento: **Cubeta de 19 litros de 1,2 a 2 m²**	
Viscosidad Inicial: E	
Estabilidad en anaquel: **Cumple**	
Permeabilidad: E	
Absorción de agua: E	
Intemperismo acelerado: **Presentó ligera pérdida de color y de brillo**	
Resistencia a la tensión después de intemperismo: E	
Elongación después de intemperismo: E	
Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**	

Fester
ACRITON

País de origen: ***México***
Designación: 8 años

Información al consumidor: **Completa**	
Garantía (años): *** 8 años + 4 años sólo si es aplicado por especialista de Fester**	
Rendimiento: **1 litro por m² en dos capas**	
Viscosidad Inicial: E	
Estabilidad en anaquel: **Cumple**	
Permeabilidad: E	
Absorción de agua: E	
Intemperismo acelerado: **Presentó pérdida de color y de brillo**	
Resistencia a la tensión después de intemperismo: E	
Elongación después de intemperismo: MB	
Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**	

SIMBOLOGIA: E EXCELENTE MB MUY BUENO B BUENO R REGULAR D DEFICIENTE

Evaluación Global de Calidad

MB Muy Bueno

$1,554.00

$2,190.00

AL-KOAT
ELASTIK

País de origen: ***México***
Designación: 8 años

Información al consumidor: **3, 5**
Garantía (años): **No ofrece**
Rendimiento: **1 Lt/m² aplicado en dos capas**
Viscosidad Inicial: **E**
Estabilidad en anaquel: **Cumple**
Permeabilidad: **E**
Absorción de agua: **E**
Intemperismo acelerado: **Presentó pérdida de color y de brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: **B**
Elongación después de intemperismo: **E**
Flexibilidad a baja temperatura: **No Cumple**

COREV
IMPER BIOS 7

País de origen: ***No indica***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **1**
Garantía (años): **7 años, a dos manos con malla, sólo si es solicitada por el cliente, previa visita a la obra.**
Rendimiento: **18 a 20 m² por cubeta a dos capas**
Viscosidad Inicial: **E**
Estabilidad en anaquel: **No Cumple(a) y (b)**
Permeabilidad: **E**
Absorción de agua: **E**
Intemperismo acelerado: **Presento pérdida de color y de brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: **MB**
Elongación después de intemperismo: **D**
Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**

NOTAS

1 No indica país de origen
2 No indica número de lote
3 No indica fecha de producción
4 Presenta una fecha pero no indica a qué corresponde (caducidad o fecha de producción)
5 No indica fecha de caducidad
6 No indica condiciones de almacenaje
7 No indica el rendimiento
8 No ofrece garantía
***** No cumple con los términos y forma establecidos en la Ley Federal de Protección al Consumidor.
(a) La viscosidad reportada supera la tolerancia permitida
(b) La muestra formó grumos
(c) La muestra se solidificó

Evaluación Global de Calidad

B Bueno

$1,040.00	$1,150.00	$555.64	$997.99
PASA **Aislaflex**	**Pintu Sayer** **ImperSayer Fácil Fibratado**	**CURACRETO** **Aislacreto**	**Sika** **Acril Techo Súper 7 con fibras**
País de origen: México *Designación: 7 años* Información al consumidor: **3, 5**	*País de origen: México* *Designación: 7 años* Información al consumidor: **5, 6**	*País de origen: México* *Designación: 7 años* Información al consumidor: **3, 5**	*País de origen: México* *Designación: 7 años* Información al consumidor: **3**
Garantía (años): **7 años**	Garantía (años): **No ofrece**	Garantía (años): **No ofrece**	Garantía (años): **No ofrece**
Rendimiento: **0,5 a 0,75 l/m²**	Rendimiento: **1 m² por litro**	Rendimiento: **750 ml por metro cuadrado**	Rendimiento: **0,8 a 1,0 L/m² a 1 mm de espesor en dos capas**
Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E
Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**
Permeabilidad: MB	Permeabilidad: MB	Permeabilidad: E	Permeabilidad: MB
Absorción de agua: E	Absorción de agua: E	Absorción de agua: R	Absorción de agua: E
Intemperismo acelerado: **Presentó reblandecimiento, pérdida de color y brillo**	Intemperismo acelerado: **Presentó ligera pérdida de color y de brillo**	Intemperismo acelerado: **Presentó pérdida de color y de brillo**	Intemperismo acelerado: **Presentó ligera pérdida de color y de brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: E	Resistencia a la tensión después de intemperismo: E	Resistencia a la tensión después de intemperismo: MB	Resistencia a la tensión después de intemperismo: MB
Elongación después de intemperismo: MB	Elongación después de intemperismo: B	Elongación después de intemperismo: B	Elongación después de intemperismo: R
Flexibilidad a baja temperatura: **No Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **No Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **No Cumple**

SIMBOLOGIA: E EXCELENTE MB MUY BUENO B BUENO R REGULAR D DEFICIENTE

$1,113.60	$1,320.00	$1,369.00	$1,111.66
Comex **TOP**	**Fester** **Imperfácil Total+**	**Fester** **A**	**Imperquimia** **Elaston**
País de origen: México *Designación: 7 años* Información al consumidor: **4, 6**	*País de origen: México* *Designación: 8 años* Información al consumidor: **Completa**	*País de origen: México* *Designación: 7 años* Información al consumidor: **Completa**	*País de origen: México* *Designación: 8 años* Información al consumidor: **5, 6**
Garantía: **7 años**	Garantía: **No ofrece**	Garantía: **No ofrece**	Garantía: **No ofrece**
Rendimiento: **1 a 1,5 m² por litro a dos manos**	Rendimiento: **1 litro = 1 m² (a dos manos)**	Rendimiento: **1 L/m² en dos capas**	Rendimiento: **1 m²/lt a dos manos**
Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E	Viscosidad Inicial: E
Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**	Estabilidad en anaquel: **Cumple**
Permeabilidad: B	Permeabilidad: E	Permeabilidad: B	Permeabilidad: MB
Absorción de agua: MB	Absorción de agua: B	Absorción de agua: B	Absorción de agua: D
Intemperismo acelerado: **Presentó ampollamiento, pérdida de color y de brillo**	Intemperismo acelerado: **Presentó pérdida de color y de brillo**	Intemperismo acelerado: **Presentó pérdida de color y de brillo**	Intemperismo acelerado: **No presentó ningún tipo de deterioro**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: R	Resistencia a la tensión después de intemperismo: R	Resistencia a la tensión después de intemperismo: B	Resistencia a la tensión después de intemperismo: B
Elongación después de intemperismo: E	Elongación después de intemperismo: B	Elongación después de intemperismo: MB	Elongación después de intemperismo: E
Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **No Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**	Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**

NOTAS

1 No indica país de origen
2 No indica lote
3 No indica fecha de producción
4 Presenta una fecha pero no indica a qué corresponde (Caducidad o Fecha de Producción)
5 No indica fecha de caducidad
6 No indica condiciones de almacenaje
7 No indica el rendimiento
8 No ofrece garantía
***** No cumple con los términos y forma establecidos en la Ley Federal de Protección al Consumidor.
(a) La viscosidad reportada supera la tolerancia permitida
(b) La muestra formó grumos
(c) La muestra se solidificó

Evaluación Global de Calidad **R** Regular

Evaluación Global de Calidad **D** Deficiente

ARVA
Impermeabilizante 100% acrílico y aislante térmico

$618.00

País de Origen: ***México***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **4**
Garantía (años): **7 años**
Rendimiento: **18 m² a dos manos**
Viscosidad Inicial: B
Estabilidad en anaquel: **No cumple (a)**
Permeabilidad: MB
Absorción de agua: MB
Intemperismo acelerado: **Presentó ampollamiento, reblandecimiento, pérdida de color y brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: B
Elongación después de intemperismo: B
Flexibilidad a baja temperatura: **No cumple**

Impac
7000

$766.64

País de Origen: ***México***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **3, 7**
Garantía (años): **7 años**
Rendimiento: **No presenta**
Viscosidad Inicial: B
Estabilidad en anaquel: **No cumple (a)**
Permeabilidad: MB
Absorción de agua: R
Intemperismo acelerado: **Presentó ligera pérdida de color y de brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: MB
Elongación después de intemperismo: D
Flexibilidad a baja temperatura: **No cumple**

Prisa
Paraguas

$1,635.91

País de Origen: ***México***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **5, 6**
Garantía (años): ***7 años**
Rendimiento: **1 L por 2 m² a dos manos**
Viscosidad Inicial: R
Estabilidad en anaquel: **No cumple(a)**
Permeabilidad: R
Absorción de agua: D
Intemperismo acelerado: **Presentó reblandecimiento, pérdida de color y brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: MB
Elongación después de intemperismo: B
Flexibilidad a baja temperatura: **Cumple**

THERMOTEK
Max

$957.00

País de Origen: ***México***
Designación: 7 años

Información al consumidor: **2, 3, 5, 6**
Garantía (años): ***Ofrece**
Rendimiento: **1 litro por m² a dos manos**
Viscosidad Inicial: R
Estabilidad en anaquel: **No cumple (a) y (c)**
Permeabilidad: R
Absorción de agua: R
Intemperismo acelerado: **Presentó ampollamiento, reblandecimiento, pérdida de color y brillo**
Resistencia a la tensión después de intemperismo: MB
Elongación después de intemperismo: B
Flexibilidad a baja temperatura: **No cumple**

NOTAS

1 No indica país de origen
2 No indica número de lote
3 No indica fecha de producción
4 Presenta una fecha pero no indica a que corresponde (Caducidad o fecha de producción)
5 No indica fecha de caducidad
6 No indica condiciones de almacenaje
7 No indica el rendimiento
8 No ofrece garantía
* No cumple con los términos y forma establecidos en la Ley Federal de Protección al Consumidor.
(a) La viscosidad reportada supera la tolerancia permitida
(b) La muestra formó grumos
(c) La muestra se solidificó

Conclusiones

Los impermeabilizantes analizados se expenden generalmente en cubeta y, aunque no siempre es de color blanco, en sus características físicas son prácticamente iguales (sobre todo en su volumen máximo), por lo que la mayoría reporta un *contenido neto* de 19 litros; sin embargo, **IMPER BIOS 7 de COREV** y **Acril Techo Súper 7 con fibras de Sika** no siguen esta regla,

el primero porque reporta su contenido neto en peso (24 kg)

y el segundo porque indica un contenido neto menor al promedio (18 litros).

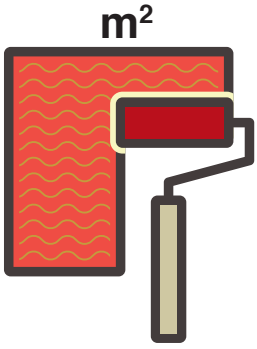
Los impermeabilizantes **Acriterm ACUAFLEX de Acuario** y **los de Fester: ACRITON, A e Imperfácil Total+**, son los únicos de los 16 analizados que muestran la información solicitada por la norma de referencia, pero como esto no influye en el desempeño de los productos, no forma parte de la evaluación global de calidad, por lo que los resultados se presentan sòlo de manera informativa.

TOP de Comex e Impermeabilizante 100% acrílico y **aislante térmico de ARVA** muestran una fecha, pero no se especifica si se refiere a la de caducidad o a la de producción, lo cual puede inducir a error al consumidor.

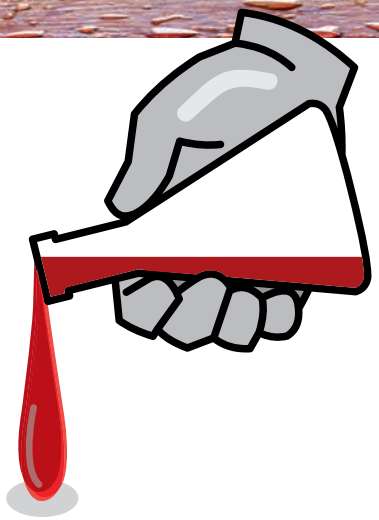
El precio por litro de las marcas analizadas **oscila entre 29 y 128 pesos**, siendo el más bajo el de **Aislacreto de CURACRETO** y el más alto el de **Fester Acriton.**

Respecto a lo que indican como parte de su **etiquetado, de "7 años" u "8 años"**, algunos no especifican que esta designación se refiere al periodo que garantizan que su impermeabilizante realizará la función para la que fue diseñado, por lo que este dato podría ser información engañosa e inducir a error al consumidor al elegir un producto, por eso en los resultados, en la parte de **Garantía**, aparece como: **"No ofrece"**, por tanto es necesario comentar que no es un requisito obligatorio ofrecerla; asimismo, en este punto detectamos que la garantía que dan algunos productos como **Fester ACRITON, Prisa Paraguas** y **THERMOTEK Max** no cumple con los términos y forma establecidos en la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Conclusiones



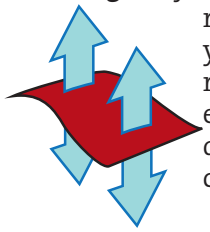
Es importante tomar en cuenta el **rendimiento**, ya que esto impacta en el presupuesto para la impermeabilización, pues se refiere a la relación del área en metros cuadrados que se cubre por litro de producto. Por lo general, el etiquetado indica que deben aplicarse dos manos del producto, esto para garantizar que los defectos presentes en la primera queden cubiertos con otra posterior, pero algunos no lo precisan así y otros informan que se requiere más de un litro para cubrir cuando menos un metro cuadrado del área a proteger. Una mala redacción en el etiquetado puede provocar que un consumidor compre más de lo que en realidad requiere, como en el caso observado con **Acriterm ACUAFLEX de Acuario**, que indica: "Cubeta de 19 litros de 1,2 a 2 m²".



Los impermeabilizantes **Impac 7000**, **ARVA Impermeabilizante 100 % acrílico y aislante térmico** y **THERMOTEK Max** presentan una viscosidad mayor a la permitida en la norma de referencia, lo cual puede provocar que su aplicación sea más difícil. Por el contrario, **Prisa Paraguas** dio una viscosidad menor a la tolerancia permitida, lo que puede ocasionar que después de su aplicación forme una membrana impermeable delgada y poco resistente al estrés físico, lo que podría disminuir su vida útil.

Respecto a la **estabilidad en anaquel**, que se refiere a la conservación de las propiedades como la consistencia y la apariencia durante el almacenaje, resultó que la viscosidad baja o aumenta de 5% a no más de 27%; no obstante, las muestras analizadas que estuvieron fuera de los parámetros permitidos por la norma de referencia inicialmente no mejoraron, por lo que quedaron fuera en esta evaluación, donde incluso **Max de THERMOTEK** fue imposible de medir porque se solidificó; a estos productos se les sumó **IMPER BIOS 7 de COREV**, al que se le formaron grumos, por lo que su viscosidad pasó de cumplir a quedar fuera de la tolerancia.

En lo referente a la **permeabilidad** (la cual se expresa en "perms"), encontramos que **Prisa Paraguas** y **THERMOTEK Max** sobrepasan el límite máximo establecido en la norma de referencia para estos productos (50 perms), al obtener 51 y 57, respectivamente, y calificar en la evaluación de este parámetro, de forma comparativa, como regular "R", lo que significa que es posible que deje pasar con mayor facilidad el agua hacia la losa o techumbre, en comparación con los otros productos que tuvieron resultados muy por debajo de este valor, por lo cual obtuvieron calificaciones de bueno "B" a excelente "E".



En la prueba de **absorción de agua** encontramos que sólo 38% de los productos estuvo dentro de la tolerancia máxima permitida por la norma de referencia, que es de 20%, calificando como excelente (E); la mitad presentó una absorción no mayor a 29%, por lo que su evaluación fue de (R) a (MB), siendo las presentaciones **Paraguas de Prisa y Elaston de Imperquimia** las que calificaron como deficiente (D), ya que su absorción superó el 40%, lo que denota que la membrana de su impermeabilizante es demasiado porosa, por lo que puede provocar que la losa o techumbre permanezca húmeda después de que aparentemente ha desaparecido el agua sobre su superficie e incluso que que llegue a filtrarse hacia el área que se quiere proteger.

En lo que respecta a la evaluación después del **intemperismo acelerado** al que fueron sometidos, se mostró una esperada pérdida de color y brillo, aunque algunos presentaron también ampollas, como es el caso del **TOP de Comex**, y reblandecimiento en **Aislaflex de PASA, Paraguas de Prisa**, e incluso ambos defectos, como en el caso de **Impermeabilizante 100% acrílico** y **aislante térmico de ARVA y Max de THERMOTEK**.

En cuanto a la **resistencia a la tensión** encontramos que ésta aumenta respecto al valor inicial (en estado natural), después de que las muestras estuvieron expuestas a la prueba de intemperismo acelerado, de 11% a 345%, superando en todos los casos el valor mínimo permitido por la norma de referencia, que es de 200 psi; sin embargo, por presentar diferencias significativas entre los valores de resistencia máximos y mínimos, su evaluación de forma comparativa fue de (R) a (E).

Conclusiones

• Un caso contrario se presenta en la evaluación de la **elongación**, en donde vimos que su valor disminuye respecto del inicial, después de que las muestras estuvieron expuestas a la prueba de intemperismo acelerado, desde 23 hasta casi 80%, excluyendo el valor reportado por el impermeabilizante **ImperSayer Fácil Fibratado** de **Pintu Sayer**, el cual, contrario a este comportamiento, aumentó su elongación 28% respecto de su valor inicial. En este rubro sólo tres del total de muestras estuvieron por debajo del 100% mínimo de elongación permitida por la norma de referencia, siendo éstas: **Acril Techo Súper 7** con fibras de **Sika**, **7000 de Impac** e **IMPER BIOS 7 de COREV,** las cuales calificaron: la primera como "R" y las dos restantes como "D".

Por último, la **flexibilidad a baja temperatura** se vio afectada en 50% de las muestras, cuando a su aplicación en placa de aluminio se le realizó un doblez de 180° después de haber estado expuestas a una temperatura de -15°C, durante cuatro horas, presentando fallas en la película de impermeabilizante ya seca (membrana), tales como fracturas y/o grietas, así como separación de capas. Vale la pena tomar en cuenta este resultado si el lugar en donde vamos a aplicarlo por lo general está expuesto a bajas temperaturas o a un estrés considerable generado por golpes o el paso de personas.

Si requieres más información sobre este estudio puedes comunicarte al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544-2122. También puedes consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio de internet www.gob.mx/profeco.

Ficha técnica

Periodo de análisis:
Del 10 de octubre de 2016 al 10 de enero de 2017
Periodo de muestreo:
Del 29 de agosto al 27 de septiembre de 2016
Marcas/productos analizados: 14/16
Pruebas realizadas: 928

Normatividad

Para este estudio se tomaron como referencia las siguientes normas:

• **NMX-C-450-ONNCCE-2010,** Industria de la Construcción-Impermeabilizantes Elastoméricos-Especificaciones y Métodos de Ensayo.

• **NOM-003-SSA1-2006**, Salud Ambiental. Requisitos Sanitarios que debe satisfacer el Etiquetado de Pinturas, Tintas, Barnices, Lacas y Esmaltes.

• **NMX-U-038-SCFI-2012**, Recubrimientos, Pinturas, Barnices y Productos Afines-Determinación de la Viscosidad por los Métodos Stormer y Brookfield.

• **NOM-002-SCFI-2011**, Productos Preenvasados-Contenido Neto-Tolerancias y Métodos de Verificación.

• **NOM-030-SCFI-2006**, Información Comercial-Declaración de Cantidad en la Etiqueta-Especificaciones.

• **NOM-050-SCFI-2004**, Información Comercial-Etiquetado General de Productos.

¿QUIERES SABER MÁS?

Para saber sobre métodos para impermeabilizar, recomendaciones de compra y de uso, escanea este código QR.

http://bit.ly/2m4BKwK

Dale PLAY

Alerta

Cuando un producto presenta riesgos para tu economía, salud o integridad física

www.alertas.gob.mx

Alerta 4/2017 ¡Alerta internacional! Profeco, CPSC y Health Canada actualizan Alerta 27/2016 de HP (Computing and Printing México, S. de R. L. de C. V.

Fecha: 31 de enero de 2017
Empresa: Computing Printing México, S. de R. L. de C. V. (HP)
Producto: 8,520 baterías para equipos de cómputo marca Panasonic modelo UR18650A.
Riesgo y/o desperfecto: Sobrecalentamiento, lo que podría ocasionar un incendio o ser un riesgo de quemadura para los consumidores.
Solución: Reemplazo por una batería nueva y mejorada, sin costo.

Alerta 5/2017 ¡Atención propietarios de secadoras de ropa! Profeco informa sobre el programa voluntario de reparación que efectuará Whirlpool México, S. A. de C. V.

Fecha: 31 de enero de 2017
Empresa: Whirlpool México, S. A. de C. V.
Producto: 680 secadoras para ropa marca Ariston modelo AS66VX(NA)60HZ.
Riesgo y/o desperfecto: Problema de diseño con la acumulación de pelusa que potencialmente podría incendiarse, representando un riesgo para la seguridad del consumidor.
Solución: Reparación por un técnico autorizado Whirlpool, en el domicilio del consumidor, sin costo alguno.

Alerta 6/2017 ¡Cuidado propietarios de sillas de patio! Profeco, CPSC y Health Canada informan sobre el programa voluntario de reparación que efectuará Home Depot, S. de R. L. de C. V., conjuntamente con Casual Living Worldwide, Inc.

Fecha: 31 de enero de 2017
Empresa: Home Depot México, S. de R. L. de C. V., conjuntamente con Casual Living Worldwide, Inc.
Producto: 14,000 sillas de patio, diversos modelos
Riesgo y/o desperfecto: La base de la silla puede romperse durante su uso normal representando un riesgo de caída y/o lesión para los consumidores.
Solución: Reemplazo por una base nueva y mejorada, sin costo alguno.

Para mayor información sobre estas alertas rápidas y las vigentes, accede a **www.gob.mx/profeco** o a **www.alertas.gob.mx**, llama al Teléfono del Consumidor: **5568 8722 - 01800 468 8722**, o escribe a **rar@profeco.gob.mx**.

Acude con el proveedor donde adquiriste el producto, para su reparación o reposición gratuita.

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

Red de Alerta Rápida

PLASTILINA

Hacer esta tecnología es muy sencillo y barato, además de ser un pretexto divertidísimo para la convivencia con los pequeños de la casa. ¡Los colores pueden ser tantos como quieran!

Ingredientes

- ½ taza de harina de trigo
- ½ taza de bicarbonato
- ½ taza de agua
- Colorantes vegetales
- Un poco de aceite de cocina

Utensilios

- Cacerola con capacidad de 2 litros
- Cuchara de madera o de peltre

Recomendaciones

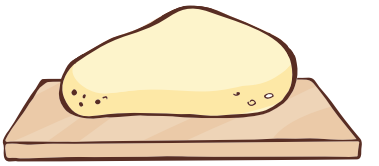
- Si se endurece puedes ablandarla si la dejas un rato en el sol o le agregas un poco de aceite.

PROCEDIMIENTO

1 En la cacerola mezcla perfectamente la harina, el bicarbonato y el agua.

2 Pon el recipiente a fuego medio y con la cuchara mueve constantemente hasta que se forme una masa uniforme parecida al puré de papa.

3 Una vez que adquiera consistencia de puré deja enfriar a temperatura ambiente.



4 Ya fría forma bolitas y a cada una agrégale unas gotitas del color vegetal que elijas y un poco de aceite para mayor plasticidad.

5 Guárdala en una bolsa de plástico hermética o en

un recipiente con tapa para que no se endurezca.

¿QUIERES SABER MÁS?

Utiliza la página web o el código QR que te anexamos.

Dale PLAY

Revisa nuestro estudio de calidad de útiles escolares
http://bit.ly/2iOMOeK

Ellas destinan más de **{70%}** de sus ganancias a la comunidad y a su familia, en tanto que ellos sólo inyectan entre **30** y **40%** de sus recursos para esos fines.

Asociación Mexicana de Mujeres Empresarias

EN • NÚMEROS MUJERES

Por cada **10 horas** de carga total de trabajo (remunerado y no) hecho por las mexicanas, los hombres laboran **8.3 horas.**

http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/mujer2016_0.pdf

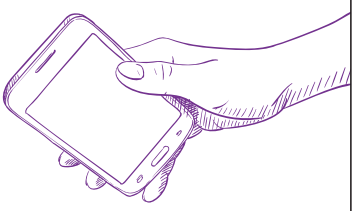
La **obesidad** tiene más prevalencia en mujeres **(37.5%)** que en hombres **(26.8%)**

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012

13.1% quisieran dedicarle menos tiempo a las **labores domésticas** en su hogar.

http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/mujer2016_0.pdf

50% de los **53.9 millones** de internautas en el país son mujeres. Es el sector de la población más conectado a redes sociales.



https://www.amipci.org.mx/estudios/habitos_de_internet/Estudio_Habitos_del_Internauta_Mexicano_2014_V_MD.pdf

60% de las trabajadoras en el mundo (casi **750 millones**) no se benefician del derecho legal a la licencia de maternidad.

http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_457094.pdf

Viven más que los varones a escala mundial

La **World Health Organization** indica que la esperanza de vida de las mujeres es de **73.8 años** y la de los hombres de **69.1.**

http://gamapserver.who.int/gho/interactive_charts/mbd/life_expectancy/atlas.html

La ONU comenzó a celebrar el

Día Internacional de la Mujer el 8 de marzo de 1975.

http://www.unwomen.org/es/news/in-focus/international-womens-day/2016

Directorio de delegaciones

OFICINAS CENTRALES
Av. José Vasconcelos #208, Col. Condesa, Del. Cuauhtémoc, Ciudad de México. Tel. (01 55) 5625 6700

DELEGACIÓN AGUASCALIENTES
Lic. Rodrigo Infante de Alba
Juan de Montoro #103, Col. Centro, C.P. 20000, Aguascalientes, Aguascalientes. Tel. (01 449) 915 9460, 915 1082

DELEGACIÓN BAJA CALIFORNIA
Lic. Julio Felipe García Muñoz
Guadalupe Victoria #9440, Edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta, Col. Zona del Río, C.P. 22320, Tijuana, Baja California.
Tel (01 664) 684 8795, 684 8704

SUBDELEGACIÓN MEXICALI
Av. Pioneros #1005, Palacio Federal, Col. Centro Cívico, C.P. 21000, Mexicali, Baja California. Tel. (01 686) 557 30 84, 557 30 85, 556 06 07

DELEGACIÓN BAJA CALIFORNIA SUR
Lic. Isaías González Nava
Jalisco S/N, Esq. Francisco I. Madero, Col. Pueblo Nuevo, C.P. 23060, La Paz, Baja California Sur.
Tel. (01 612) 125 3887, 122 8077

DELEGACIÓN CAMPECHE
Lic. Rafael Vicente Montero Romero
Av. 16 de Septiembre S/N, Palacio Federal, Primer Piso, Col. Centro, C.P. 24000, Campeche, Campeche.
Tel. (01 981) 811 0672, 816 6002

DELEGACIÓN CHIAPAS
Lic. José Antonio Coello Villatoro
Blvd. Serra Rojas #1090, Edificio anexo, Nivel Sección A, Col. Paso Limón, C.P. 29045, Tuxtla Gutierrez, Chiapas.
Tel. (01 961) 602 5943 602 5939

SUBDELEGACIÓN TAPACHULA
8va. Av. Sur #46, entre 2ª y 4ª poniente, Col. Centro, C.P. 30700, Tapachula de Córdova y Ordoñez, Chiapas.
Tel. (01 962) 626 7501

DELEGACIÓN CHIHUAHUA
Lic. Yubia Iveth Velázquez Chávez
Ramírez #2007, Esq. Calle 22, Col. Pacífico, C.P. 31030, Chihuahua, Chihuahua. Tel (01 614) 437 0771

SUBDELEGACIÓN CHIHUAHUA
Benjamín Franklin #3220, Centro Comercial Plaza de las Américas Loc-7 A, Col. Margaritas, C.P. 32315, Cd. Juárez, Chihuahua.
Tel. (01 656) 613 9840, 613 5093

DELEGACIÓN COAHUILA
Lic. Sigfrido Macías Pérez
Blvd. Venustiano Carranza #2879, Col. La Salle, C.P. 25240, Saltillo, Coahuila de Zaragoza. Tel. (01 844) 415 9556, 416 7544

SUBDELEGACIÓN TORREÓN
Av. Matamoros #1285 Poniente, entre Valdez Carrillo y Cepeda, Col. Centro, C.P. 27000 Torreón, Coahuila de Zaragoza.
Tel. (01 871) 712 7473 y 712 6406

DELEGACIÓN COLIMA
Lic. Gloria Margarita Puente de la Mora
Manuel Álvarez #44, Col. Centro, C.P. 28000, Colima, Colima.
Tel. (01 312) 314 5952, 312 7991

SUBDELEGACIÓN MANZANILLO
Balbino Dávalos #54, Esq. Carrillo Puerto, Col. Centro, C.P. 28200 Manzanillo, Colima.
Tel. (01 314) 332 9180, 332 9107

CIUDAD DE MÉXICO
DELEGACIÓN CENTRO (AZCAPOTZALCO, BENITO JUÁREZ, CUAUHTÉMOC Y GUSTAVO A. MADERO)
Lic. Miguel Salomón Álvarez
Dr. Carmona y Valle #11, 4º y 5º pisos, Col. Doctores, C.P. 06720, CDMX.
Tel. (01 55) 5578 1771, 5578 0636

DELEGACIÓN ORIENTE (IZTACALCO, IZTAPALAPA Y VENUSTIANO CARRANZA)
Dr. Juan Carlos Sánchez Magallán
Azafrán # 18, 1er. piso, Col. Granjas México, Del. Iztacalco, C.P. 08400, CDMX.
Tel. (01 55) 5686 1900, 2636 0302

DELEGACIÓN PONIENTE (ÁLVARO OBREGÓN, CUAJIMALPA, MAGDALENA CONTRERAS Y MIGUEL HIDALGO)
Lic. Rodolfo Alejandro Chavero Bojórquez
Toltecas #23, Esq. Calle 10, Col. San Pedro de los Pinos, C.P. 01180, CDMX.
Tel. (01 55) 5273 9745

DELEGACIÓN SUR (COYOACÁN, MILPA ALTA, TLÁHUAC, TLALPAN Y XOCHIMILCO)
Lic. María Isabel Espinoza Martínez Delgado
Periférico #5323, Col. Isidro Favela, Del. Tlalpan, C.P. 14030, CDMX.
Tel. (01 55) 5528 8435, 5528 7829

DELEGACIÓN DURANGO
Lic. Esmeralda Azucena Gallegos Rosales
Zaragoza #110 Sur, Col. Zona Centro, C.P. 34000, Victoria de Durango, Durango. Tel. (01 618) 825 3325, 825 3327

ESTADO DE MÉXICO
DELEGACIÓN NAUCALPAN
Mtro. Carlos Fernando Ramírez Barrera
Av. 3 #47, entre Av. de las Torres y Blvd. Toluca, Col. Fraccionamiento Industrial, Naucalpan, C.P. 53370, Naucalpan de Juárez, Estado de México. Tel. (01 55) 5576 6375

DELEGACIÓN NEZAHUALCÓYOTL
Lic. José Hernánez Hernández
Cucaracha #293, Esq. Gustavo Baz, Col. Benito Juárez, C.P. 57000, Cd. Nezahualcóyotl, Estado de México.
Tel. (01 55) 5743 7866

DELEGACIÓN TLALNEPANTLA
Av. Mario Colín #56, Col. Centro, C.P. 54000, Tlalnepantla de Baz, Estado de México.Tel. (01 55) 5390 7539, 5390 8309

DELEGACIÓN TOLUCA
Lic. Karla Liliana Téllez Borunda
Santos Degollado #103, Col. Centro, C.P. 50000,Toluca de Lerdo, Estado de México.
Tel. (01 722) 215 9148

SUBDELEGACIÓN ECATEPEC
Av. Hank González #50, Mza. 44, Pasillo 29, Col. Valle de Anáhuac, C.P. 55210, Ecatepec de Morelos, Estado de México.
Tel. (01 55) 2973 0496, 5774 5006

DELEGACIÓN GUANAJUATO
Lic. José Huerta Arredondo
5 de Mayo #341, Col. Obregón, C.P. 37320, León de los Aldama, Guanajuato. Tel. (01 447) 716 6465, 716 5568

SUBDELEGACIÓN IRAPUATO
Francisco Hernández #678, Esq. Victorino de la Fuente, Col. Moderna, C.P. 36690, Irapuato, Guanajuato. Tel. (01 462) 635 2414

DELEGACIÓN GUERRERO
Lic. Saúl Montufar Mendoza
Av. Costera Miguel Alemán #304, Col. Centro, C.P. 39300, Acapulco de Juárez, Guerrero. Tel. (01 744) 483 1558, 483 5885

SUBDELEGACIÓN IGUALA
Av. Vicente Guerrero #112, Col. Centro, C.P. 40000, Iguala de la Independencia, Guerrero. Tel. (01 733) 332 7450, 332 6411

DELEGACIÓN HIDALGO
M. V. Z. José Alberto Chávez Mendoza
Av. Cuauhtémoc #700, Esq. Pasaje a la Iglesia La Villita, Col. Revolución, C.P. 42060, Pachuca de Soto, Hidalgo. Tel. (01 771) 719 4801, 719 4800

DELEGACIÓN JALISCO
Lic. Gabriela Vázquez Flores
Morelos #1830, Col. Americana, C.P. 44150, Guadalajara, Jalisco. Tel. (01 33) 3616 7667, 3616 1239

DELEGACIÓN MICHOACÁN
Mtro. Miguel Ildefonso Mares Chapa
Blvd. García de León #1908, Col. 5 de Diciembre, C.P. 58280, Morelia, Michoacán de Ocampo. Tel. (01 443) 315 6150, 315 6202

DELEGACIÓN MORELOS
C. Zaira Antonia Fabela Beltrán
Av. Morelos #277, Col. Centro, C.P. 62000, Cuernavaca, Morelos. Tel. (01 777) 314 5670, 314 5877

DELEGACIÓN NAYARIT
Lic. Carlos Feder ico Vázquez Chávez
Av. México Sur #142, Col. Centro, C.P. 63000, Tepic, Nayarit. Tel. (01 311) 214 8458, 212 3457

DELEGACIÓN NUEVO LEÓN
Lic. Raymundo Rodríguez Diego
Av. Profesor Moisés Sáenz #602, Col. Mitras Centro, C.P. 64460, Monterrey, Nuevo León. Tel. (01 81) 1878 4958

DELEGACIÓN OAXACA
Heroico Colegio Militar #1109, P.A., Col. Reforma, C.P. 68050, Oaxaca, Oaxaca. Tel. (01 951) 513 1399, 515 1478

DELEGACIÓN PUEBLA
Lic. Alejandro García Mendoza
19 Sur #506, Desp. 103, Col. La Paz, C.P. 72160, Puebla de Zaragoza, Puebla. Tel. (01 222) 232 2161, 246 5885

DELEGACIÓN QUERÉTARO
Lic. Dalia Xóchitl Garrido Rubio
Circuito Moisés Solana #82, Col. Prados del Mirador, C.P. 76070, Santiago de Querétaro, Querétaro. Tel. (01 442) 223 6263

DELEGACIÓN QUINTANA ROO
Av. Coba #9 y 11, Supermanzana 22, Col. Centro, C.P. 77500, Cancún, Quintana Roo. Tel. (01 998) 884 2701, 887 3960

SUBDELEGACIÓN PLAYA DEL CARMEN
Calle 10 entre 20 y 25, Mza. 103, Lote 3, Local 3, Col. Centro, Código Postal 77710, Playa del Carmen, Solidaridad, Quintana Roo. Tel. (01 984) 803 1261

DELEGACIÓN SAN LUIS POTOSÍ
Lic. Miguel Cardoza Mora
Librado Rivera #215 y 225, Col. Del Valle, C.P. 78200, San Luis Potosí, SLP. Tel. (01 444) 841 2503

DELEGACIÓN SINALOA
Mtra. Adelaida Ayón Lares
Blvd. Rotarismo #1851, 1 y 2, Esq. Enrique Félix Castro, Col. Desarrollo Urbano 3 Ríos, C.P. 80020, Culiacán, Sinaloa. Tel. (01 667) 716 0906, 713 0761

DELEGACIÓN SONORA
Lic. Rolando Gutiérrez Coronado
Oaxaca #150 Poniente, Esq. Escobedo Edificio San Enrique, Col. Centro, C.P. 83000, Hermosillo, Sonora. Tel. (01 662) 213 8615, 213 8319

SUBDELEGACIÓN CD. OBREGÓN
Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo, Col. Centro, C.P. 85000, Ciudad Obregón, Sonora. Tel. (01 644) 415 2588, 415 2380

DELEGACIÓN TABASCO
Lic. Pedro Orlando Aldecoa Calzada
Carmen Cadena Buendía #133, Col. Nueva Villahermosa, C.P. 86070, Villahermosa, Tabasco. Tel. (01 993) 1312 9390

DELEGACIÓN TAMAULIPAS
Juan B. Tijerina #925 y Nicolás Bravo, Col. Centro, C.P. 87000, Ciudad Victoria, Tamaulipas. Tel. (01 834) 316 1357

SUBDELEGACIÓN REYNOSA
Blvd. Morelos #475 Altos, Esq. República de Argentina, Col. Anzalduas, C.P. 88630, Reynosa, Tamaulipas. Tel. (01 899) 922 7714, 922 5460

SUBDELEGACIÓN TAMPICO
Av. Hidalgo #5004, 1er. piso, local 1, Col. Sierra Morena, C.P. 89210, Tampico, Tamaulipas. Tel. (01 833) 217 8173, 213 2432

DELEGACIÓN TLAXCALA
Lic. María Galdina Edith Padilla Bañuelos
Calle 33 #203, Col. Loma Xicoténcatl, C.P. 90070, Tlaxcala, Tlaxcala. Tel. (01 246) 462 7835, 462 2022

DELEGACIÓN VERACRUZ
Lic. Elizabeth Morales García
Av. Salvador Díaz Mirón #2880, Esq. Salubridad, Col. Fraccionamiento Moderno, C.P. 91918, Veracruz, Veracruz. Tel. (01 229) 100 3891, 100 3894

SUBDELEGACIÓN XALAPA
Cánovas #2, Col. Centro, C.P. 91000, Xalapa Enríquez, Veracruz. Tel. (01 228) 812 4382, 817 3030

DELEGACIÓN YUCATÁN
Dr. José Antonio Nevárez Cervera
Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56, Col. Centro, C.P. 97000, Mérida, Yucatán. Tel. (01 999) 252 9408, 928 5966

DELEGACIÓN ZACATECAS
Lic. Arnulfo Guzmán Guzmán
Telégrafos #14, Col. Lomas del Consuelo, C.P. 98614, Guadalupe Zacatecas, Zacatecas. Tel. (01 492) 924 0230, 922 2476

Centro de Documentación Profeco (Cedoc)
Av. José Vasconcelos #208, Col. Condesa, Del. Cuauhtémoc, Ciudad de México.
Consulta o compra la **Revista del Consumidor**, adquiere los libros publicados por **Profeco** y accede a una biblioteca especializada en consumo.
Lunes a viernes de 9 a 18 horas.

{ P R Ó X I M A M E N T E }

Profeco en tus manos

Para tener acceso a la revista de manera más interactiva con artículos, temas de interés y notificaciones en tiempo real, todo en defensa del consumidor.

Revista del Consumidor APP

SE
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

PLATILLO SABIO

PROFECO

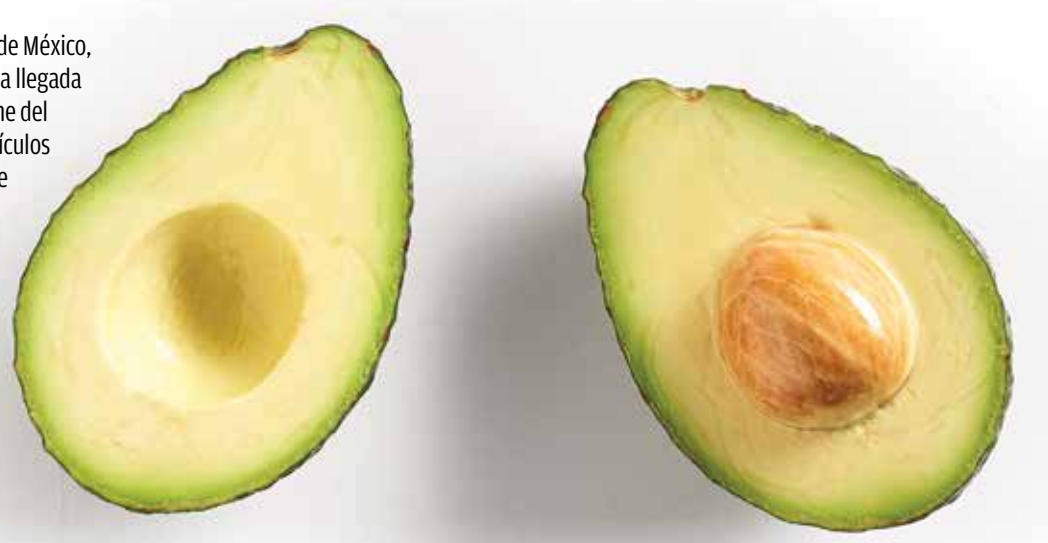
Edición coleccionable

No. 23

Este fruto, conocido también como el "oro verde" de México, ha cautivado millones de paladares dentro y fuera de nuestro país por su exquisito sabor, textura y múltiples beneficios para la salud.

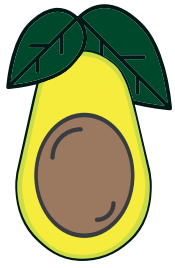
AGUACATE

El aguacate es originario del centro de México, donde se cultivaba mucho antes de la llegada de los españoles. Su nombre proviene del náhuatl *ahuacatl*, que significa "testículos del árbol", y pertenece a la familia de las lauráceas. Es rico en minerales, vitaminas A, D y E; además, su aceite contiene fitosterol, que lo hace ideal para la elaboración de cremas, jabones y aceite comestible.

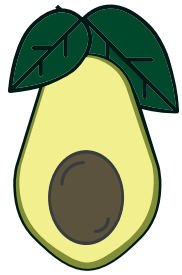


ALGUNAS VARIEDADES

Hass. Es la que más se vende en el país y la más popular en el mercado internacional. Tiene un sabor a nuez y avellana, con textura suave y cremosa.



Criollo. De piel muy delgada y suave, que se aferra a la masa, y el hueso es muy grande. Su cáscara es oscura y cuando madura su pulpa adopta un color amarillo limón.



Bacón. Tiene forma oval, pulpa amarilla verdosa, es fácil de pelar y su hueso puede ser mediano o grande. Al madurar la piel toma un color más oscuro.

COMPRA Y CONSERVACIÓN

Comprueba que la piel no presente manchas, puntos negros o signos de excesiva maduración.

Sabrás que está maduro si al sacudirlo notas que el hueso no se mueve o cede levemente a la presión con el dedo.

Si aún no está del todo listo para su consumo, envuélvelo en papel periódico y déjalo a temperatura ambiente de dos a tres días.

Fuentes:
Monografía de cultivos. Aguacate, en http://bit.ly/2jC9AaZ
México en tu mesa. Aguacate, en http://bit.ly/2jujxJS
Aguacate. Cómo elegirlos y conservarlos, en http://bit.ly/2k6eTCN

¿QUIERES SABER MÁS?

Aguacates rellenos de salpicón y frijol negro ["Platillo Sabio Profeco" 28.7]

Dale PLAY

http://bit.ly/2kT8R6p →

SE SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

220 | POLLO EN CHIRMOLE (6 raciones)

INGREDIENTES

- 6 piernas o muslos de pollo (700 g) cocidos
- 60 g de pepita verde tostada
- 3 tazas de arroz blanco preparado (360 g)
- 3 tortillas (90 g), asadas y tostadas en comal
- 1 plátano macho en rebanadas (400 g)
- 3 jitomates asados (300 g)
- ½ cebolla (120 g) asada
- 3 chiles anchos (30 g) desvenados, asados y remojados
- 3 chiles mulatos (30 g) desvenados, asados y remojados
- 1 rama de epazote (10 g)
- 2 dientes de ajo (4 g) asados
- 3 granos de pimienta
- 2 clavos
- 1 rajita de canela
- 1 pizca de comino
- Caldo de pollo (el necesario)
- 2 cucharadas de aceite (20 ml)
- Sal

Aporte nutrimental por ración:

Kcal.	526
Proteínas	21 g
Grasa	25 g
Colesterol	61 mg
Fibra dietética	4 g

PREPARACIÓN

1. Muele los chiles con el jitomate, las tortillas, las pepitas, el ajo, la cebolla y las especias (pimienta, clavo, canela y comino) con un poco del agua de remojo de los chiles, hasta obtener una mezcla totalmente tersa.
2. En una cazuela calienta el aceite y sofríe la salsa anterior.
3. Incorpora el caldo y cuando suelte el hervor agrega el pollo, la rama de epazote y las rebanadas de plátano.
4. Verifica la sazón y cocina a fuego suave durante algunos minutos, hasta que el plátano esté cocido; mueve ocasionalmente para evitar que se pegue.
5. Sirve bien caliente y acompaña con el arroz blanco.

221 | PAPAS PRIMAVERA (6 raciones)

INGREDIENTES

- 1 kg de papas en cuarterones pequeños y cocidas
- ¼ kg de queso manchego en cubitos
- 2 tazas de frijol bayo gordo cocido (510 g y 180 g en crudo), enjuagados y escurridos
- 90 g de cacahuates en mitad o almendras rebanadas
- 1 jitomate en cubitos (300 g)
- 1 aguacate (200 g) en tiras
- 1 pimiento verde en cuadritos (110 g)
- ½ taza de elote desgranado (75 g)
- 1 trozo de cebolla finamente picada (60 g)
- 2 cucharadas de perejil finamente picado
- 6 cucharadas de media crema ácida o yogur natural (60 g)
- 1 cucharada de mostaza (10 g)
- 2 cucharadas de aceite de oliva (20 ml) o el de tu preferencia
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

1. En un bol mezcla la crema, la mostaza y el aceite y salpimienta al gusto.
2. Incorpora la cebolla, el jitomate picado, el pimiento y el elote y mezcla todo muy bien.
3. Después, agrega los frijoles, las papas, el queso y el perejil y mueve cuidadosamente para evitar que las papas se rompan. Verifica la sazón.
4. Refrigera antes de servir y adorna con el aguacate rebanado y los cacahuates espolvoreados.

Aporte nutrimental por ración:

Kcal.	548
Proteínas	26 g
Grasa	26 g
Colesterol	46 mg
Fibra dietética	4 g

Fotografía: **Enrique Arechavala**
Estilista de alimentos: **Brenda Garcia**
Nutrióloga: **María Rosa Ochoa**

PROTEÍNA BUENA A BAJO COSTO

Tips del **chef**

Las proteínas que aportan las carnes (res, cerdo, ave y pescado) son de alta calidad, comparadas con las de origen vegetal. Por su parte, las leguminosas son ricas en el aminoácido lisina, aunque deficientes en metionina, mientras que los cereales son ricos en metionina y bajos en lisina; si combinas ambos grupos vegetales obtendrás una proteína que se complementa perfectamente, similar a la de la carne pero con otros beneficios, como mayor aporte de fibra y sin colesterol.

Arroz + **lentejas**

Sopa de pasta + **garbanzos**

Sopa de habas + **galletas saladas**

Frijoles de la olla + **arroz**

Ensalada de papa + **chícharos**

Bolillo + **frijoles refritos** + **queso oaxaca** para gratinar y **salsa pico de gallo** (opcional).*

Tortilla de maíz + **salsa de frijoles** con **chipotle** y **queso panela** o **fresco** para espolvorear.

Tostadas de maíz untadas con **frijoles refritos**, agregar **ensalada de nopales**, **salsa** y **queso panela** espolvoreado.*

Mtra. Sayuri Ramos Imuro, profesora de la Academia de Ciencias de ESDAI de la Universidad Panamericana.

*En estos casos, el queso se vuelve un adorno y da más sabor, pues realmente no aporta más proteína que el cereal combinado con la leguminosa.

@Profeco - fb.com/ConsumidorInteligente

www.gob.mx/profeco - rdel.co/digital